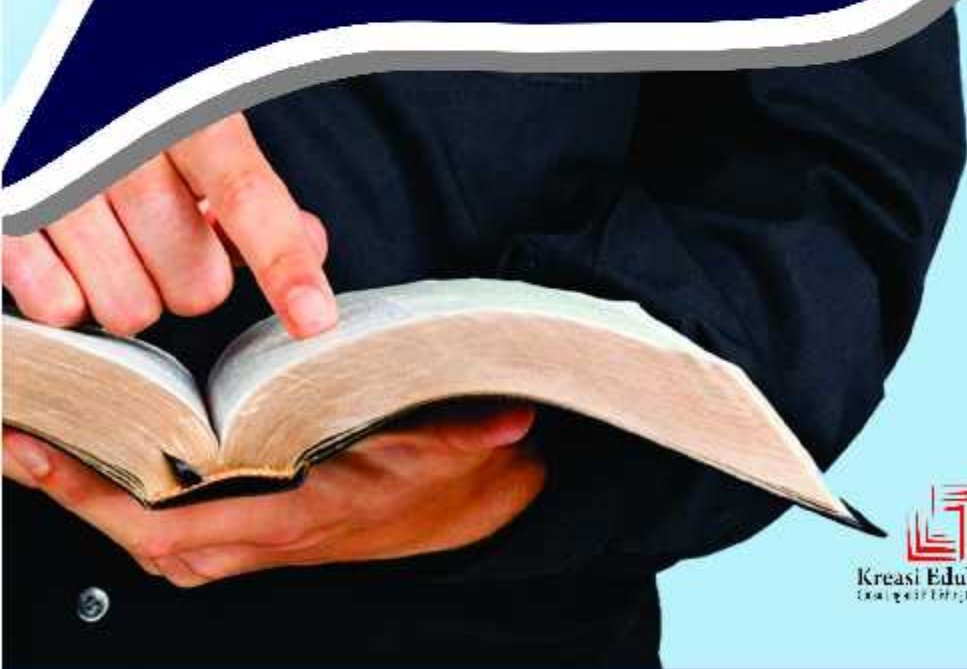


*Amirah Diniaty*

# **DINAMIKA PERUBAHAN DALAM KONSELING**

**Memahami Permasalahan Klien  
dan Penanganannya**



**Kreasi Edukasi**  
Creating Better Learning

**Amirah Diniaty**

# **DINAMIKA PERUBAHAN DALAM KONSELING**

***Memahami Permasalahan Klien  
dan Penanganannya***



**Kreasi Edukasi**

**Katalog Dalam Terbitan (KDT)**  
**DINAMIKA PERUBAHAN DALAM KONSELING**  
**Memahami Permasalahan Klien dan Penanganannya**

**Penulis** : Dr. Amirah Diniaty, M.Pd, Kons

**Layout** : Rismansyah

**Design Cover** : Kreasi Team

**ISBN** :

viii, 98 hal (145x205mm)

Cetakan Tahun 2018

**Penerbit :**

**Kreasi Edukasi**

**Publishing and Consulting Company**

Jl. Swadaya Kom. Rindu Serumpun 4 Blok B-06

Kel. Delima Kec. Tampar - Pekanbaru

Mobile Phone : +6285216905750

**Undang – undang Republik Indonesia Nomor 19 Tahun 2002**  
**Tentang Hak Cipta**

**Lingkup Hak Cipta**

**Pasal 2**

1. Hak Cipta merupakan Hak Eksklusif bagi Pencipta atau Pemegang Hak Cipta untuk mengumumkan atau memperbanyak ciptaannya yang timbul secara otomatis setelah suatu ciptaan dilahirkan tanpa mengurangi pembatasan menurut peraturan perundangan-undangan yang berlaku

**Lingkup Hak Cipta**

**Pasal 72**

1. Barang siapa dengan sengaja melanggar dan tanpa hak melakukan perbuatan sebagaimana dimaksud pasal 2 ayat 1 atau pasal 49 ayat 1 dan 2 dipidana penjara masing-masing paling singkat 1 bulan dan/atau denda paling sedikit Rp. 1.000.000,- atau pidana penjara paling lama 7 tahun dan/atau paling banyak Rp. 5.000.000.000,-
2. Barang siapa dengan sengaja menyiarkan, memamerkan, mengedarkan, atau menjual kepada umum suatu ciptaan atau barang hasil pelanggaran hak cipta sebagaimana dimaksud dalam ayat 1, dipidana dengan penjara paling lama 5 tahun dan atau denda paling banyak Rp. 500.000.000,-

## KATA PENGANTAR

Perkembangan budaya dan teknologi dalam kehidupan manusia tidak semata berdampak positif tetapi juga mendatangkan masalah. Gaya hidup instan, hedonisme dan materialistis saat ini, mengakibatkan berbagai persoalan dalam kehidupan individu.

Pada hakekatnya masalah itu terjadi pada siapa saja; tua-muda, berpendidikan rendah, sedang dan tinggi, kaya – miskin, pria-wanita. Individu menjadi tidak nyaman dalam menjalani aktivitas sehari-hari, prestasi dan kinerja terganggu, karena munculnya masalah dalam kehidupan mereka. Tentunya ini harus diatasi dengan bantuan profesional yaitu salah satunya kegiatan layanan konseling individual.

Variasi masalah yang dialami individu, dibawa dalam proses konseling individual dan dibicarakannya sesuai dengan latar kehidupan masing-masing klien. Sesungguhnya pelayanan konseling individual tidak membatasi permasalahan klien yang dibicarakan kecuali pada masalah magic, pidana dan perdata, gangguan fisik, dan gangguan psikologis berat. Sehingga konseling individual bisa dilakukan untuk semua : *counseling for all*. Oleh sebab itu variasi permasalahan yang terjadi dalam kehidupan individu dan dinamika perubahan klien dalam konseling ini menjadi satu keniscayaan yang tidak bisa tidak harus dipahami konselor sebagai tenaga profesional yang akan membantu kliennya. Konselor sebagai pelaksana layanan konseling perlu mengenali variasi masalah klien tersebut beserta faktor pemicunya, yang sangat mempengaruhi dinamika perubahan tingkah laku klien ke arah yang lebih baik dengan pelayanan konseling.

Untuk itu buku ini berisi dua belas bab menyangkut aneka ragam problematika yang terjadi dalam kehidupan klien. Problema itu meliputi fakto budaya, penanganan emosi dan stress klien, permasalahan hubungan sosial dan aktualisasi diri, cinta dan

rumah tangga, LGBT dan masalah seksualitas, keluarga berencana, bullying, bahaya narkoba dan zat adiktif, permasalahan kecanduan game online dan pengaruh negatif internet.

Pembahasan terhadap permasalahan yang bervariasi tersebut diawali dengan uraian tentang dinamika perubahan dalam konseling individual dan hakekat manusia serta permasalahan klien. Pembahasan topik dianalisis dengan hasil penelitian terbaru yang menggambarkan kondisi real yang terjadi, sehingga memberikan pemahaman yang lengkap bagi calon konselor yang masih minim pengalaman hidup dan praktik konseling. Analisis dari perspektif ajaran Islam juga ditambahkan dalam setiap pembahasan, agar dapat dibingkai atau dibuat *frame work* dalam praktik konseling individual yang religius.

Penekanan dalam pembahasan di buku ini adalah upaya konseling itu sendiri berisi layanan yang memungkinkan terjadinya perubahan pada diri klien. Perubahan yang dimaksud adalah kearah yang lebih baik dan positif. Seorang konselor dituntut untuk memiliki wawasan pengetahuan, keterampilan, nilai dan sikap yang positif dan bisa berpihak pada kebenaran dalam menangani masalah klien.

Sumber wawasan atau referensi yang dapat membahas tentang permasalahan klien tersebut dalam perspektif konseling sangat diperlukan. Pembahasan ini dilatihkan dalam mata kuliah teknik laboratorium konseling II yang dibingkai dalam modul dinamika dalam konseling.

Untuk itu buku ini sangat diperlukan sebagai referensi dalam mata kuliah Teknik Laboratorium Konseling II tersebut. Mata kuliah ini bersifat keterampilan dan merupakan bagian dari kelompok mata kuliah bidang studi yang harus diikuti oleh semua mahasiswa program studi BK, lanjutan dari mata kuliah Teklab I. Isi mata kuliah ini adalah pembahasan tentang kondisi dan masalah yang dialami klien seperti stress, cinta dan rumah tangga, belajar, agama. Pembahasan disesuaikan dengan pengalaman konseling mahasiswa di lapangan yaitu masyarakat di perkantoran, kelurahan dan dunia usaha. Tujuan mata kuliah ini

adalah:

1. Mahasiswa berlatih menggunakan teknik-teknik konseling yang dipelajari
2. Mahasiswa memiliki wawasan tentang kondisi dan masalah yang dialami klien
3. Mahasiswa terampil menggunakan teknik-teknik layanan konseling individual di sekolah dan masyarakat.

Oleh sebab itu, diperlukan buku pegangan yang merangkum semua materi dan dapat memfasilitasi mahasiswa dalam melaksanakan praktik konseling individual ini. Untuk kepentingan itu, penulis menetapkan tujuan pembahasan diawal setiap bab agar pembaca terutama mahasiswa calon guru BK dapat menemukan apa yang diharapkan dari setiap pembicaraan dalam buku ini. Selain itu ada beberapa tugas atau pertanyaan yang menjadi evaluasi akhir setiap bab untuk melihat pemahaman dan analisis mahasiswa terhadap kasus yang mereka temui di lapangan saat melakukan praktik konseling.

Harapan besar agar dapat menyiapkan guru BK dan konselor yang memiliki WPKNS yang luas dan terampil dengan berpengalaman praktik layanan konseling pada sejumlah klien, menjadi motivasi dibuatnya buku ini. Untuk mewujudkan harapan tersebut, buku ini sangat diperlukan sebagai referensi dalam mata kuliah TEKLAB II tersebut yang disertai perspektif Islam, sehingga dapat digunakan menjadi referensi utama dalam mata kuliah yang penulis asuh selama ini. Untuk praktisi dan pemerhati Bimbingan dan Konseling buku ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan bahan kajian lebih lanjut guna pengembangan profesi konselor dimasa datang.

Buku ini dapat terwujud atas bantuan dan kerjasama dari berbagai pihak. Bantuan moril berupa kesempatan dan dorongan, terutama penulis dapatkan dari Pimpinan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau, rekan sesama dosen prodi Bimbingan dan Konseling. Ucapan terima kasih juga penulis aturkan pada pengurus dan penerbit Buku Daras yang memberikan kesempatan dan bantuan materil dalam mewujudkan buku ini. Terakhir,

kepada semua pembaca buku ini diharapkan kritik membangun dan saran-saran demi kesempurnaan buku ini dikemudian hari.

Pekanbaru, Mei 2018

Penulis

Dr.Amirah Diniaty, M.Pd, Kons

## DAFTAR ISI

<b>Kata Pengantar .....</b>	<b>iii</b>
<b>Daftar Isi .....</b>	<b>vii</b>
 <b>BAB I</b>	
Dinamika Perubahan Dalam Konseling .....	1
 <b>BAB II</b>	
Hakekat Manusia dan Permasalahan Klien .....	17
 <b>BAB III</b>	
Takdir, Usaha Dan Bekerja .....	27
 <b>BAB IV</b>	
Profil Nabi Muhammad Saw sebagai Konselor Ideal .....	31
 <b>BAB V</b>	
Pengalaman Traumatis Serta Penanganannya dalam Konseling .....	37
 <b>BAB VI</b>	
Budaya Klien dan Sikap Konselor dalam Konseling.....	44
 <b>BAB VII</b>	
Penanganan Konflik Diri Klien dalam Konseling .....	54
 <b>BAB VIII</b>	
Permasalahan Cinta dan Rumah Tangga .....	58
 <b>BAB IX</b>	
LGBT dan Masalah Seksualitas .....	67
 <b>BAB X</b>	
Penanganan Bahaya Narkoba dan Zat Adiktif dalam Konseling .....	73
 <b>BAB XI</b>	
Penanganan Bullying dalam Konseling .....	77



**BAB XII**

Penanganan Kecanduan Game Online  
dan Pengaruh Media Sosial dalam Konseling ..... 89

**Daftar Bacaan** ..... 93

# **BAB I**

## **DINAMIKA PERUBAHAN DALAM KONSELING**

Bagian ini berisi gambaran tentang perubahan yang mesti ada dalam konseling menyangkut tentang diri klien mulai dari pengkajian keadaan awal klien, penetapan apa yang akan diubah pada diri klien dan tujuan yang ingin dicapai, menyusun rencana usaha mencapai tujuan, pelaksanaan usaha mencapai tujuan, penilaian dan umpan balik serta tindak lanjut. Bahasan secara teoritis dimulai dari pengertian konseling dan perkembangannya serta diuraikan bagaimana pola mahasiswa BK calon GBK dan calon konselor dalam melihat permasalahan klien ketika melakukan praktik konseling individual.

Tujuan yang ingin dicapai dengan pembahasan tentang dinamika perubahan dalam konseling ini, khususnya bagi mahasiswa calon guru BK atau konselor adalah: (1) Memahami hakekat konseling individual, perkembangan, tujuan dan prosesnya, (2) Memahami adanya perubahan yang positif pada diri klien sebagai indikasi keberhasilan proses konseling, (3) Memiliki wawasan tentang aspek-aspek yang berubah pada diri klien dan proses perubahannya dalam kegiatan konseling individual, (4) Mampu menganalisis upaya dari diri guru BK atau konselor mewujudkan perubahan pada diri klien kearah yang positif dengan perspektif Islam.

### **A. Hakekat Konseling Individual, Perkembangan, Tujuan dan Prosesnya**

Terlebih dahulu perlu dipahami bahwa konseling sebagai suatu layanan profesional dapat dilakukan dalam format individual dan format kelompok (beberapa klien). Konseling individual merupakan suatu pertalian timbal balik antara dua orang individu yaitu satu konselor membantu satu orang lain

klien agar ia lebih baik memahami dirinya dalam hubungannya dengan masalah-masalah hidup yang dihadapinya pada waktu itu dan waktu yang akan datang (James Adam dalam Syahril dan Riska Ahmad (1986 ). Gustad's (dalam Gibson, 1995) menyebutkan hakekat konseling sebagai berikut:

*Counseling is a learning-oriented process, carried on in a simple, one-to-one social environment, in which a counselor, professionally competent in relevant psychological skill and knowledge, seeks to assist the client, by methods appropriate to the latter's needs and within the context of the total personnel program, to learn more about himself and to accept himself, to learn how to put such understanding into effect in relation to more clearly perceived, realistically defined goals to the end that the client may become a happier and more productive member of his society.*

Ethical Standard of American Personnel and Guidance Association (dalam Belkin (1975) menyebutkan bahwa: “A counseling relationship denotes that the persons seeking help retain full freedom of choice and decision and that the helping person has no authority or responsibility to approve or disapprove of the choices or decisions of the counselee or client”. Hubungan konseling adalah sebuah hubungan yang membantu klien dalam membuat pilihan dan keputusan.

Sementara itu, Gibson & Mitchell (1995) menyatakan definisi konseling individual sebagai berikut: “*Individual counseling is a one-to-one relationship involving a trained counselor and focuses on some aspects of a client's adjusment, developmental, or decision-making needs. This process provides a relationship and communications base from which the client can develop understanding, explore possibilities, and initiate change.*

Berdasarkan penjelasan diatas dapat kita pahami bahwa konseling merupakan kegiatan professional yaitu didasarkan pada keahlian atau pendekatan tertentu dan dasar pendidikan khusus yang pelaksananya disebut konselor. Tujuannya adalah membantu individu yang memiliki masalah (klien) agar dapat

merubah tingkah lakunya sehingga dapat mengentaskan permasalahan yang dialaminya tersebut.

Dalam hal ini ada beberapa konsep yang salah tentang konseling yang perlu kita cermati dan tidak dipakai (C.H.Patterson, 1967 dalam Andi Mapiare 1992:14):

1. konseling bukanlah pemberian informasi (penerangan), meskipun informasi dapat diberikan dalam konseling.
2. konseling bukanlah pemberian nasehat, saran-saran dan rekomendasi (hendaknya nasihat diartikan apa adanya dan tidak dikacaukan sebagai konseling)
3. konseling bukanlah mempengaruhi sikap, kepercayaan atau tingkah laku dengan cara mengajurkan, mengarahkan, atau meyakinkan, betapun itu dilakukan secara tak langsung, secara halus atau secara tidak memaksa
4. konseling bukanlah mempengaruhi perilaku melalui peringatan, teguran, menakut-nakuti, atau pemaksaan walaupun tanpa penggunaan kekuatan fisik atau kekerasan (konseling bukanlah disiplin).
5. konseling bukanlah penyaringan dan penetapan individu-individu bagi pelbagai pekerjaan atau kegiatan (konseling bukanlah pelacakan tenaga kerja meskipun tes-tes yang sama dapat digunakan dalam keduanya)
6. konseling bukanlah wawancara biasa (meskipun wawancara merupakan teknik yang digunakan dalam konseling, keduanya tidak sama) Bedanya wawancara dalam konseling menggunakan teknik tertentu, bersifat kerahasiaan dan bertujuan untuk mengentaskan permasalahan klien. Sementara wawancara biasa tidak mesti seperti itu.

Jadi semakin jelas dipahami apa hakekat konseling itu. Istilah konseling yang dijelaskan diatas, pernah dimaknai sama dengan kata penyuluhan dalam bahasa Indonesia. Mengenai hal ini Prayitno (1994:107) menegaskan penyuluhan dalam arti konseling kurang mampu memantapkan diri dan pelayanan-

nya ditengah masyarakat karena penggunaan istilah penyuluhan dalam arti yang lainnya makin luas seperti penyuluhan pertanian, penyuluhan kesehatan. Akibatnya masyarakat akan menyamaratakan saja pengertian penyuluhan untuk konseling dan penyuluhan untuk arti lain tersebut.

### ***Sejarah konseling individual***

Sejarah adanya istilah konseling dimulai oleh upaya Frank Person di Amerika (1909) dengan mendirikan *Vocational Guidance*. Sofyan Willis (2004) menegaskan perkembangan profesi konseling modern terjadi saat Carl Rogers tahun 1951 mulai mengembangkan teorinya *Client Centered Therapy*.

Sesungguhnya konselor merupakan profesi yang relatif baru (Aubrey, 1977 dalam Gladding, 2012:8). Herb & Fabian (1993 dalam Gladding, 2012:8) menjelaskan bahwa profesi ini berkembang pada akhir 1980-an dan awal 1990-an yang merupakan interdisipliner, dimana fungsi konselor itu juga dilakukan oleh profesi lain. Kebanyakan pemrakarsa dalam konseling adalah guru yang mengajar generasi muda dan memotivasi mereka. Praktisi utamanya adalah guru kelas dan administrator.

Beberapa periode setelah itu terjadi perubahan tren konseling yang tidak hanya dibidang pendidikan tetapi juga kehidupan lebih luas. Realitanya saat ini profesi konseling sudah dirasakan masyarakat dan diminati, terutama di negara barat seperti Amerika Serikat. Hasil survey nasional yang telah dilakukan akhir-akhir ini di Amerika menemukan lebih dari 60% program administrasi melaporkan perekrutan sarjana lulusan konseling dengan gelar master atau doctor (Hosie & Sprull, 1990). Data tersebut membuktikan bahwa kebutuhan akan layanan konseling untuk memberikan layanan pencegahan bagi pegawai dan melatih supervisor untuk mengenal pegawai yang bermasalah dan membantu mereka semakin meningkat. Belum lagi praktek-praktek pribadi konselor bagi masyarakat umum yang sudah dianggap sebagai

kebutuhan dan hal yang tidak asing lagi. Dengan kata lain saat ini profesi konseling di Amerika sudah diakui keprofesionalannya dan dirasakan manfaatnya oleh masyarakat.

Gladding (2012:24) menegaskan di era milenium ini konseling menekankan pada topik, isu, serta kepedulian yang sesuai dengan kebutuhan klien dan masyarakat. Perubahan peran pria dan wanita, inovasi dalam media dan teknologi, kemiskinan, tunawisma, trauma, kesepian, penuaan menjadi beberapa topik yang dibahas dalam konseling. Topik yang paling mendesak adalah bagaimana menghadapi kekerasan, trauma, krisis, kesejahteraan dan keadilan sosial, teknologi, kepemimpinan dan identitas.

Perkembangan konseling lebih jauh berkaitan dengan ranah kehidupan manusia yaitu spiritual adalah berkembangnya konseling religius. Perkembangan konseling religius ini dapat dilihat dari beberapa hasil laporan jurnal penelitian berikut. Stanard, Singh, dan Piantar (2000: 204) melaporkan bahwa telah muncul suatu era baru tentang pemahaman yang memprihatinkan tentang bagaimana untuk membuka misteri tentang penyembuhan melalui kepercayaan, keimanan, dan imajinasi selain melalui penjelasan rasional tentang sebab-sebab fisik dan akibatnya sendiri. Hasil penelitian Chalfant dan Heller pada tahun 1990, sebagaimana dikutip oleh Gania (1994: 396) menyatakan bahwa sekitar 40 persen orang yang mengalami kegelisahan jiwa lebih suka pergi meminta bantuan kepada agamawan. Lovinger dan Worthington (dalam Keating dan Fretz, 1990: 293) menyatakan bahwa klien yang agamis memandang negatif terhadap konselor yang bersikap sekuler, seringkali mereka menolak dan bahkan menghentikan terapi secara dini. Penjelasan ini bermakna positif bagi pendekatan Islam yang digunakan dalam buku ini ketika membicarakan masalah klien.

Pembicaraan sejarah konseling di Indonesia, beberapa versinya sebagaimana dijelaskan Marjohan, dkk (2007) bahwa dimulai dari adanya pemikiran para pejabat pendidikan dalam

peninjauannya di Amerika Serikat sekitar 1962. Beberapa pejabat Kementerian Pendidikan dan kebudayaan menginstruksikan dibentuknya layanan bimbingan penyuluhan di sekolah menengah sekembalinya mereka di tanah air. Kriteria penetapan konselor ketika itu tidak jelas dan ragam tugasnyapun sangat lebar, mulai dari berperan semacam **polisi sekolah** sampai dengan mengkonversi hasil ujian untuk seluruh siswa di suatu sekolah menjadi skor standar.

Pada awal dekade 1960-an, LPTK-LPTK mendirikan jurusan untuk mawadahi tenaga akademik yang akan menyiapkan konselor yang dinamakan Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan dengan program studi yang diselenggarakan pada 2 jenjang yaitu jenjang Sarjana Muda dengan masa belajar 3 tahun, yang bisa diteruskan ke jenjang Sarjana dengan masa belajar 2 tahun setelah Sarjana Muda.

Tahun 1971 berdiri Proyek Perintis Sekolah Pembangunan (PPSP) pada delapan IKIP (Padang, Jakarta, Bandung, Yogyakarta, Semarang, Malang, Surabaya dan Manado). Melalui proyek ini pelayanan BP ikut dikembangkan. Selanjutnya tahun 1975 lahir dan berlakunya Kurikulum SMU yang disebut kurikulum SMA 1975 yang memuat pedoman pelaksanaan BP. Pada tahun yang sama dilaksanakan Konvensi Nasional Bimbingan I di Malang yang menghasilkan terbentuknya organisasi profesi bimbingan dengan nama Ikatan Bimbingan Indonesia (IPBI), AD/ART IPBI, Kode etik jabatan konselor dan program kerjanya.

Tahun 1978 diselenggarakan program PGSLP dan PGSLA bimbingan dan penyuluhan di IKIP dengan tujuan, menghasilkan tenaga pembimbing dan penyuluh pendidikan berkualifikasi setaraf diploma (d-2 atau D-3) yang dapat secara resmi diangkat oleh pemerintah bekerja di sekolah. Tahun 1989 lahir SK Menteri Pendayagunaan Aparatur Negara No. 026/Menpan/1989 tentang Angka kredit bagi Jabatan Guru dalam lingkungan Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, yang didalamnya ditetapkan secara resmi adanya kegiatan

pelayanan BP di sekolah dan pengaturan kenaikan pangkat jabatan guru pembimbing. Lebih lanjut UU RI No.2 Tahun 1989 tentang Sistem Pendidikan Nasional secara tegas mencantumkan adanya pelayanan bimbingan pada satuan-satuan pendidikan.

Tahun 1993 keluar SK Menpan No.84/1993 tentang jabatan Fungsional Guru dan Angka Kreditnya dan dalam SK tersebut secara resmi nama bimbingan dan penyuluhan diganti dengan Bimbingan dan Konseling (BK). Selanjutnya dengan diberlakukannya kurikulum 1994, mulailah ada ruang gerak bagi layanan ahli bimbingan dan konseling dalam sistem persekolah di Indonesia sebab salah satu ketentuannya adalah mewajibkan setiap sekolah untuk menyediakan 1(satu) orang konselor untuk setiap 150 (seratus lima puluh) peserta didik, meskipun hanya terealisasi pada jenjang pendidikan menengah.

Dengan jumlah lulusan yang sangat terbatas sebagai dampak dari kebijakan Ditjen Dikti untuk menciutkan jumlah LPTK penyelenggara Program S1 BK mulai tahun 1987, maka semua sekolah menengah di tanah air juga tidak mudah melaksanakan instruksi tersebut. Sesuai arahan, masing-masing sekolah menengah *mengalihkan* guru-guru yang paling bisa dilepas (dispensable) untuk mengemban tugas menyelenggarakan pelayanan BK setelah dilatih cras program, dan lulusannya disebut Guru pembimbing.

Perkembangan selanjutnya di akhir abad ke 20 tepatnya di tahun 1999 dibuka Pendidikan Profesi Konselor (PPK) di Universitas Negeri Padang, yang menjadi awal keprofesionalan konseling. Dijelaskan Prayitno (2017:4) wacana awal PPK diharapkan setara dengan profesi lainnya seperti Pendidikan Profesi Dokter. Untuk itu dalam konvensi IPBI ditetapkan syarat jurusan BK LPTK yang dapat menyelenggarakan PPK adalah yang berakreditasi A dan memiliki tenaga serta sarana akademik yang memadai. Profesi konselor berkembang lebih jauh dengan ditetapkannya Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No 27 Tahun 2008 tentang Standar Kualifikasi



Akademik dan Kompetensi Konselor (SKAKK) yang menegaskan bahwa konselor adalah sarjana (S1) bimbingan dan konseling yang telah menamatkan program PPK.

Profesi konselor selanjutnya ditetapkan sebagai salah satu pendidik dalam sistem pendidikan Indonesia sebagaimana ditetapkan dalam UU No 20 tahun 2003 pasal 6. Menurut Prayitno (2017:6) hal ini semakin memantapkan penyelenggaraan PPK. Mulai angkatan tahun 2006/2007 lulusan PPK menerima 3 dokumen tanda tamat belajar dan penguasaan kompetensi keahlian dari program PPK yaitu ijazah, transkrip dan sertifikat kompetensi. Perkembangan selanjutnya diatur dalam UU No 12 tahun 2012 tentang perguruan tinggi dan Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 81 tahun 2014 tentang ijazah, sertifikat kompetensi dan sertifikat profesi pendidikan tinggi menegaskan bahwa lulusan program profesi harus mendapatkan; ijazah, sertifikat kompetensi dan sertifikat profesi. Hal ini memberi kewenangan pada organisasi profesi untuk melakukan uji kompetensi.

Perkembangan terbaru profesi konselor di Indonesia ditandai dengan legalitas organisasi profesi konselor yang telah didirikan sejak tanggal 15 April 2005 di Semarang, menjadi organisasi berbadan hukum. Prayitno (2017:9) menjelaskan pengesahan pendirian perkumpulan Ikatan Konselor Indonesia (IKI) berdasarkan Surat Keputusan Menteri Hukum dan HAM Nomor AHU-0041690.01.07 tahun 2016. IKI sebagai organisasi profesi lebih lanjut dapat bekerjasama dengan pemerintah, dan berbagai pihak.

## **Tujuan dan Proses Konseling individual**

Konseling individual secara teknis diartikan sebagai proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (disebut klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi

klien” (Prayitno 2017). Konselor sebagai pelaksana pelayanan konseling adalah sama dengan profesional *helper* seperti dokter, guru yang membantu individu menjadi lebih baik (Gladding, 2012).

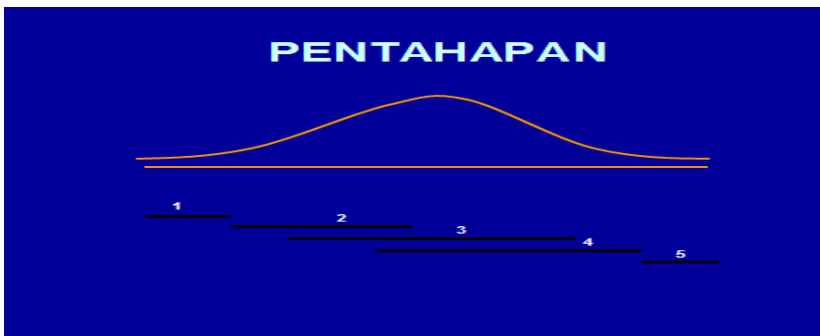
Pelayanan konseling secara individual ini bertujuan mengentaskan masalah yang dialami klien. Prayitno (2017:109) merinci tujuan khusus konseling individual sesuai dengan fungsi konseling yaitu :

1. Fungsi pemahaman; melalui KP klien memahami seluk beluk masalah yang dialami secara mendalam dan komprehensif serta positif dan dinamis.
2. Fungsi pengentasan; pengembangan hasil pemahaman klien menjadi persepsi dan sikap serta kegiatan untuk mengentaskan masalahnya. Tujuan utama konseling bertumpu pada fungsi ini.
3. Fungsi pengembangan/pemeliharaan; potensi dan unsur positif yang ada pada diri klien dapat dikembangkan dan dipelihara, sebagai rangkaian dari proses pemahaman dan pengentasan. Secara tindak langsung tujuan ini menjadi fokus dan sasaran kegiatan layanan konseling.
4. Fungsi pencegahan; tercegahnya masalah baru yang muncul sebagai akibat dari masalah lama merupakan rentetan dari terpelihara dan dikembangkannya potensi pada diri klien setelah mendapatkan layanan konseling.
5. Fungsi advokasi; klien diharapkan mampu membela dirinya dari kebathilan dan terampasnya hak-hak yang harus dia terima.

Komponen konseling individual adalah konselor dan klien. Konselor adalah seorang ahli dalam bidang konseling yang memiliki kewenangan dan mandat secara profesional untuk melaksanakan kegiatan pelayanan konseling. Klien adalah seorang individu yang sedang mengalami masalah atau setidaknya sedang mengalami sesuatu yang ingin ia sampaikan kepada orang lain. Secara menyeluruh dan umum

proses layanan konseling individual terentang dari kegiatan paling awal sampai akhir yaitu lima tahap: 1). Pengantar/introduction 2). Penjajakan/investigation 3). Penafsiran/interpretation 4). Pembinaan/intervention 5). Penilaian/ evaluation. Diantara kelima tahap itu tidak ada batas yang jelas, bahkan kelimana cenderung sangat bertumpang tindih, sebagai mana dapat dilihat dalam gambar berikut:

Gambar 1. Tahap Konseling



Dalam prosesnya, konseling individual menurut Dryden (dalam Palmer, 1989); konselor sangat menjaga kerahasiaan klien; terjadi hubungan akrab antara klien dan konselor; sebagai proses pembelajaran klien; dan sebuah proses terapeutik. Prayitno (2017:112) menegaskan hubungan interpersonal yang amat intens antara klien dan konselor menuntut konselor harus memperhatikan dan melaksanakan dasar etika konseling yaitu (1) kerahasiaan, (2) kesukarelaan, dan (3) keputusan diambil oleh klien sendiri.

Kerahasiaan dimaksudkan adalah konselor mampu menerima, menyimpan, memelihara semua data dan keterangan yang diperoleh dari klien yaitu data dan keterangan yang tidak layak dan tidak boleh diketahui oleh orang lain (kecuali atas izin klien). Prayitno (2017:112) menegaskan

keyakinan klien akan adanya perlindungan yang demikian itu menjadi jaminan untuk suksesnya kegiatan konseling.

Kesukarelaan dan keterbukaan terjadi berkaitan dengan adanya perasaan nyaman klien karena rahasianya dapat dipegang teguh. Hal ini diibaratkan seperti siput yang ada dalam cangkangnya. Ketika kondisi aman dan nyaman, maka siput akan keluar dari cangkangnya. Semua tubuhnya akan keluar dari cangkang.

Keputusan diambil oleh klien sendiri berarti klien terlibat berpikir, menganalisis, menilai dan menyimpulkan sendiri, mempersepsi, merasakan dan bersikap sendiri atas apa yang ada pada diri sendiri dan lingkungan. Prayitno (2017:113) menjelaskan konselor dalam asas ini bersikap tegas “membiarkan” klien tegak dengan sendirinya menghadapi tantangan yang ada.

Penjelasan tentang proses konseling individual yang terakhir yang perlu dipahami adalah penggunaan teknik. W.S Winkel (1985) menjelaskan; *Selama wawancara konselor menggunakan berbagai teknik konseling yaitu reaksi atau jawaban tertentu dari pihak konselor. Teknik konseling ada yang bertujuan menjamin kelangsungan wawancara; ada pula yang bertujuan memberikan bantuan pada siswa dalam berpikirnya atau memberikan pengarahan terhadap isi pikiran.* Teknik-teknik yang digunakan ada yang disebut teknik umum dan khusus. Teknik umum terbuka untuk dipakai bahkan sebagian besar di antaranya harus diterapkan dalam melayani semua jenis klien dengan aneka masalah mereka/ Variasi penggunaan teknik umum sangat tergantung pada dinamika perkembangan proses layanan dan konten khusus yang direncanakan. Misalnya pertanyaan terbuka, refleksi isi dan perasaan, penyimpulan, konfrontasi.

Teknik khusus dilakukan untuk membina kemampuan tertentu pada diri klien. Misalnya teknik pemberian informasi, pemberian contoh dan latihan bertingkah laku, pemberian contoh pribadi, perumusan tujuan, desensitisasi, kursi kosong. Teknik khusus pemberian nasehat, mudah diucapkan, enak

didengar, layak diiyakan tetapi tidak ada jaminan untuk keterlaksanaannya. Dalam konseling individual penggunaan nasihat sedapat-dapatnya dihindarkan, kecuali benar-benar diminta atau dibutuhkan klien.

Interaksi klien-konselor pada umumnya diselenggarakan melalui pembicaraan (dialog verbal). Konselor tidak boleh mendominasi pembicaraan klien. Pembicaraan ditekankan pada pentingnya klien memahami, merasakan, memikirkan, mempersepsi, mengukur wawasan sikap, mensinergikan berbagai hal dalam dirinya apa yang menjadi konten pembicaraan. Konseling individual dapat diselenggarakan kapan saja, di manapun juga. Hal ini memperhatikan kenyamanan dan diterapkannya asas kerahasiaan secara ketat. Kapan layanan konseling individual diselenggarakan atas kesepakatan kedua belah pihak, klien dan konselor.

## **B. Dinamika Perubahan Klien dan Keberhasilan Proses Konseling Individual**

Proses konseling pada dasarnya adalah usaha menghidupkan dan mendayagunakan secara penuh fungsi-fungsi yang minimal secara potensial organismik ada pada diri klien (Prayitno, 2017). Jika fungsi ini berjalan dengan baik dapat diharapkan dinamika hidup klien akan kembali berjalan dengan wajar mengarah pada tujuan yang positif.

Setiadi (2015:630) mendeskripsikan bahwa manusia selalu mengalami masalah dalam kehidupannya, yang menuntutnya mencari jalan keluar dari permasalahan yang melilit dirinya. Prayitno (2017:108) menjelaskan bahwa masalah klien memiliki ciri-ciri; sesuatu yang tidak disukai adanya, sesuatu yang ingin dihilangkan dan sesuatu yang dapat menghambat atau merugikan. Jadi tujuan umum konseling individual mengentaskan masalah klien adalah mengurangi intensitas ketidaksukaan atas keberadaan sesuatu yang dimaksud/ meniadakan keberadaan sesuatu, mengurangi intensitas hambatan/kerugian yang ditimbulkan oleh sesuatu

yang dimaksud. Fungsi utama yang konseling individual ini adalah fungsi pengentasan.

Hal ini menuntut manusia untuk melakukan perubahan kearah kebaikan bagi dirinya. Konseling dilaksanakan untuk merubah kedirian klien menjadi lebih baik. Prayitno (2017) mengistilahkan dari kehidupan sehari-harinya yang tidak efektif (KES-T) menjadi efektif (KES). Karakteristik dari KES-T adalah kondisi diri klien yang (1) terhambat/ terlambat/ terhalang, (2) Terancam/tertindas, (3) Terugikan/terabaikan, (4) Terlanjur/terlalu, dan (5) Ternoda/terhina

Kata dinamika perubahan pada diri klien menunjukkan makna terjadi perbedaan kondisi diri klien sebelum mengikuti proses konseling dimana ia mengalami masalah, selanjutnya ia menjalani proses konseling dan setelah proses konseling selesai. Terjadi dinamika perubahan dalam diri klien setelah proses konseling menurut Prayitno (1989) yaitu penimbunan sesuatu yang baru yang sebelumnya belum ada atau belum berkembang,. Perubahan diartikan sebagai sesuatu yang lain dari keadaan sebelumnya. Merubah adalah berusaha agar sesuatu menjadi lain dari keadaan semula. Perubahan pada diri klien terjadi apabila pada diri klien itu ternyata ada sesuatu yang lain dibandingkan dengan keadaannya terdahulu.

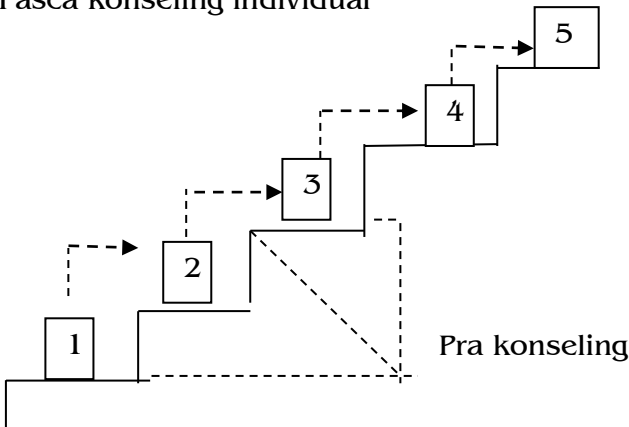
Perubahan pada diri klien diartikan sebagai tujuan utama proses konseling. Lebih lanjut Prayitno (1989) menguraikan dalam suatu proses perubahan pada diri klien dapat dilihat berbagai unsur yang mencakup:

1. Siapa yang berubah
2. Keadaan sebelum berubah
3. Keadaan (yang diharapkan) sesudah berubah
4. Besarnya perubahan (yang diharapkan)
5. Proses perubahan: cara-cara dan suasana
6. Siapa yang melakukan dan merangsang terjadinya perubahan

Ukuran keefektifan kegiatan konseling yang dilakukan konselor adalah dinamika perubahan pada diri klien, sebelum bertemu konselor sampai dengan aktivitas klien pasca layanan konseling. Prayitno (2017:111) menggambarkan keefektifan konseling individual mengikuti tahapan dalam diagram 1 berikut ini:

### **Diagram 1. Keefektifan layanan konseling**

#### **Pasca konseling individual**



#### **Keterangan :**

1. klien menyadari bahwa dirinya bermasalah
2. klien menyadari bahwa dirinya memerlukan bantuan untuk mengentaskan masalah yang dialaminya
3. klien mencari sumber (dalam diri konselor) yang dapat memberikan bantuan
4. Klien terlibat secara aktif dalam proses bantuan/konseling individual
5. klien mengharapkan hasil upaya bantuan

## Kedatangan Klien pada Konselor untuk Konseling

Klien datang/menemui konselor dengan cara yang berbeda-beda. Ada yang datang sendiri dengan kemampuan yang kuat untuk memenuhi konselor (*self referral*), ada yang datang dengan perantara orang lain bahkan ada yang terpaksa karena didorong oleh pihak tertentu seperti orang tua. Menurut Prayitno (2017:113) untuk klien *self referral* konselor harus mampu memupuk kesukarelaannya sehingga ia menjadi sangat terbuka dalam proses konseling. Kegagalan memupuk kesukarelaan klien *self referral* ini adalah kerugian bagi keberlangsungan proses konseling. Sedangkan menghadapi klien yang *non-self-referral*, termasuk klien yang dipanggil tugas konselor menuntut upaya lebih berat bagi konselor melaksanakan proses konseling, khususnya dalam mengembangkan kesukarelaan dan keterbukaan klien.

Otani (1998) (dalam Gladding, 2012:154) menjelaskan klien yang datang dengan separoh hati atau enggan adalah orang yang tidak siap bahkan menolak untuk berubah. Ia mungkin saja aktif dalam proses konseling, tetapi tidak mempunyai keinginan untuk menjalani proses emosional yang menyakitkan dan perubahan perilakunya ke arah yang lebih baik. Ia akan mempertahankan kebiasaannya. Menurut Sack (1988 dalam Gladding, 2012:154) ungkapan klien ini dapat berupa pernyataan «saya tidak tau». Lebih jauh perlawanan yang dilakukan klien yang *non self referral* ini adalah banyaknya verbalisasi, isi pesan, gaya komunikasi, dan sikap terhadap konselor dalam sesi konseling, dan ini semua harus dicermati oleh konselor. Kebanyakan, konselor akan mengalami kesulitan mengambil langkah, dan menghambat klien untuk mengambil keputusan apapun.

Untuk menghadapi kondisi ini, konselor perlu memahami bahwa ada klien yang enggan atau melawan dalam konseling. Menyikapi hal itu konselor memiliki prinsip KLIEN TIDAK PERNAH SALAH (KTPS). Gladding (2012:154)



menegaskan konselor perlu menunjukkan penerimaan, kesabaran, dan pengertian termasuk perilaku yang tidak menghakimi. Konselor harus persuasif (Kerr, Claiborn & Dixon, 1982 dalam Gladding, 2012:154), misalnya meminta klien untuk memenuhi permintaan kecil lalu diikuti dengan permintaan besar. Contoh «Maukah anda membuat diary tentang perasaan anda minggu ini? Lebih lanjut» saya ingin Anda membuat jurnal tentang pikiran dan perasaan Anda mulai sekarang.»

Selain itu keterampilan penstrukturan, konfrontasi, penggunaan bahasa metafora dengan memberikan cerita atau menunjukkan lukisan serta memberikan pemandangan yang menyegarkan. Teknik lain menurut Sack (1988) dalam Gladding (2012:156) disarankan konselor dapat melakukan teknik pragmatis seperti diam, refleksi, memberikan pertanyaan, menggambarkan, menilai, berpura-pura, dan berbagi perspektif konselor terutama untuk klien yang mengucapkan kalimat «saya tidak tau».

## **BAB II**

### **HAKEKAT MANUSIA DAN PERMASALAHAN KLIEN**

Bab ini berisi penjelasan siapa manusia dan munculnya permasalahan dalam kehidupannya. Pembahasan tentang hakekat manusia dilihat perspektif Islam dan teori konseling. Pertanyaan mendasar yang ingin dijawab dalam bab ini adalah mengapa manusia mengalami masalah dalam hidupnya? Bagaimana seharusnya konselor melihat sebuah permasalahan yang terjadi pada diri klien? Uraian terhadap pertanyaan ini menjadi isi dari bab II sehingga mahasiswa BK sebagai calon GBK, calon konselor memiliki wawasan yang komprehensif dalam "memotret" dan menganalisis masalah klien saat praktik konseling.

Oleh sebab itu tujuan yang ingin dicapai dengan pembahasan hakekat manusia dan permasalahan klien ini, khususnya bagi mahasiswa calon guru BK atau konselor adalah; (1) Memahami hakekat manusia menurut Islam dan teori konseling, masalah dan faktor penyebabnya, (2) Memiliki wawasan dan bersikap yang tepat dalam melihat permasalahan yang terjadi pada diri klien.

#### **A. Hakekat Manusia**

Menurut kandungan ayat-ayat Al Qur'an manusia itu pada hakekatnya adalah makhluk yang utuh dan sempurna, dilahirkan dalam keadaan fitrah sebagaimana dijelaskan dalam hadist riwayat Muslim, yang artinya : Tiap-tiap orang itu dilahirkan ibunya atas dasar fitrah, kedua orang tuanyalah yang menjadikannya Yahudi, Nasrani atau Majusi. Apabila kedua orangtuanya muslim, jadilah ia muslim ( H.R. Muslim). Sesuai dengan fitrahnya manusia itu dilahirkan dalam keadaan suci, secara fitrah beragama tauhid dan penerima kebenaran ( Surat

Ar Ruum, 30: 30). Dalam perspektif ajaran Islam manusia berfungsi sebagai:

1. mahluk Allah, yang secara kodrati merupakan mahluk religius ( mengabdikan kepada Allah disebut abdullah ).
2. mahluk individu, yang memiliki kekhasan masing-masing, memiliki potensi dan eksistensi sendiri. Dengan keunikan yang dimilikinya, menjadikan setiap individu itu berbeda dengan yang lainnya, sehingga manusia dituntut untuk memikirkan keadaan dirinya. (Surah Al Qomar, 54 : 49)
3. mahluk sosial, yang memerlukan bantuan dan selalu berhubungan dengan orang lain. Tidak mungkin manusia hidup sendiri tanpa melibatkan pihak lain. Oleh karena itu, ia selalu memikirkan orang lain. ( Surah Al Hujurat, 49 : 13 ). Aturan dalam Al-Quran, sebagai makhluk sosial manusia harus menjaga keseimbangan antara hablu minallah dan hablu minannas (Ali Imron, 3 : 112), saling menolong dalam kebajikan dan menjauhi perbuatan yang jelek (Al Maidah, 5 : 1 – 2), saling menasihati dan menaati kebenaran, serta berlaku sabar dan adil (Al Ashr, 103 : 1 – 3), memelihara silaturrahim (An Nisa', 4 : 1)
4. mahluk berbudaya, yang hidup di dalam dan mengelola alam dunia ini dengan akal dan pikirannya untuk menciptakan kebudayaan. Sebutan khalifah fil ardh sesuai untuk fungsi sebagai pengelola alam dan memakmurkannya. Surah Al Fatir, 35 : 39 : “ Dialah yang menjadikan kamu khalifah-khalifah di muka bumi ini”.

Berkaitan dengan fungsi di atas, terdapat empat ragam hubungan dalam kehidupan manusia yang masing-masing memiliki kutub positif dan negatif, yaitu :

1. Hubungan manusia dengan dirinya sendiri ( hablu minannas ) yang ditandai oleh kesadaran untuk melakukan amal ma'ruf nahi munkar (QS, Ali Imran, 3 : 110 ) atau sebaliknya mengumbar nafsu-nafsu rendah ( QS, Yasin, 36 : 6 ; QS, Al Jatsiyat, 45 : 23).

2. Hubungan antar manusia ( hablu minannas ) dengan usaha membina silaturahmi ( QS, An Nisa', 4 : 1 ) atau memutuskannya ( QS,Yusuf, 12 : 100).
3. Hubungan manusia dengan alam sekitar (hablu minal alam) yang ditandai upaya pelestarian alam dan pemanfaatan alam dengan sebaik-baiknya ( QS, Hud, 11 : 6 ) atau sebaliknya menimbulkan kerusakan alam ( QS, Ar Ruum, 30 : 41 ).
4. Hubungan manusia dengan Sang Pencipta (hablu minallah )dengan kewajiban ibadah kepadaNya ( QS, Adz Dzaariyat, 51 : 56 ) atau menjadi ingkar dan syirik kepadaNya ( QS, An Nisa', 4 : 48 ).

Untuk bisa menjalankan fungsi dan hubungan tersebut, manusia dibekali dengan potensi akal, pendengaran, penglihatan dan hati (Surah Ar Ra'du, 13 : 19 – 20; -. As Sajadah, 32 : 9). Bahkan manusia dibekali dengan petunjuk ilahiyah, (Surah Al Fatimah, 1:7). Potensi lain yang diberikan pada manusia oleh Allah SWT adalah:

1. Manusia diberi kekuatan batin dan keyakinan yang mantap (Al Anfal, 8 : 2 – 4)
2. Selalu berpikir positif (positifisme), Hadist riwayat Ibnu Asakir Artinya : Bekerjalah untuk kepentingan duniamu seolah-olah kamu akan hidup abadi, dan bekerjalah untuk akhiratmu seolah-olah kamu akan mati esok hari.
3. Dilebihkan dari makhluk lain (Al-Isro', 17 : 70)
4. Dilengkapi dengan indra dan hati agar bersyukur (An-Nahl, 16: 78)
5. Memiliki pandangan hidup yang lurus (Al Bayyinah, 98 : 5)
6. Termasuk kesabaran dalam menghadapi masalah. Apakah bisa mengambil hikmah dari peristiwa yang sedang dicobakan Allah kepada manusia. Allah akan menguji hambaNya dengan kesenangan, kesusahan, kecemasan, kepedihan, dan kematian.Tergantung seberapa besar tingkat keimanan manusia menerimanya. Kalau manusia bisa

menerima dan yakin bahwa dengan cobaan itu Allah akan meninggikan derajat manusia dengan tawakkal.

7. Manusia diberi kebebasan (Surah Asy Syams, 91 ) dan bertanggung jawab atas perbuatannya (Surah AlQiyamah, 75 : 13 – 15; Surah Al Mudatsir, 74 : 38; Surah Al Isra', 17 : 36). Manusia diberi kebebasan untuk menentukan pilihannya sendiri, namun demikian ia tetap bertanggung jawab atas pilihannya itu. Potensi yang diberikan Allah kepada manusia diserahkan sepenuhnya penggunaannya kepada manusia itu sendiri, konsekuensinya nanti harus mempertanggungjawabkan akibat dari perbuatannya itu kepada manusia, alam untuk saat ini dan di sini di dunia, dan kepada Sang Pencipta untuk disana dan yang akan datang di akhirat.

Sifat kepribadian manusia menurut ajaran Islam (dalam Muhammad utsman najati, 2005: 375) digambarkan dalam tiga konsep jiwa yaitu *ammarah bis su'*, *nafsu lawwa*, dan *nafsu muthmainnah*. Manakala kepribadian manusia berada pada tingkatan insaniah paling rendah ketika hawa nafsu, syahwat dan berbagai kesenangan ragawi dan duniawi menguasainya, ia berada dalam kondisi yang sesuai dengan gambaran ***nafsu ammarah***. Sebaliknya ketika kepribadian berada dalam kesempurnaan insaniah ia berpegang pada ketakwaan dan ketaatan pada Allah, mampu menguasai hawa nafsu dan syahwat maka ia sesuai dengan gambaran ***nafsu muthmainnah***.

Ibn Qayyim Al-jauziyah (dalam Netty Hartaty, 2005:107) menggambarkan kondisi mutmainnah dan ammarah ibarat dua kutub yang berlawanan sebagai berikut:

Tabel 1. Kondisi Mutmainnah dan Amarah pada manusia

No	Kepribadian muthmainnah	Kepribadian ammarah
1.	Hamiyah (memiliki harga diri)	Jufa' (menjatuhkan harga diri)
2.	Tawadhu' (merendahkan diri)	Mahaat ()menghinakan diri)
3.	Jud (dermawan)	Sarf (menghambur-hamburkan harta)
4.	Mahabat (kewibawaan)	Kibr (kesombongan)
5.	Syiyana (memelihara diri)	Takabbur
6.	Syaja'at (berani)	(menyombongkan diri)
7.	Huzn (prihatin)	Nejad (jar'at)
8.	Iqtishad (ekonomis)	Jubn (penakut)
9.	Ihtiraz (waspada)	Syukh (pelit)
10.	Farasat (firasat)	Suw al zhan (buruk sangka)
11.	Neshihat (memberi peringatan)	Zhan (menduga)
12.	Hidayat (memberi hadiah)	Ghibat (menunjukkan keburukan)
13.	Shabr (sabar)	Riswah (menyogok)
14.	Afw (pemaaf)	Qawah (keras hati)
15.	Ma'rifah wa'ilm (mengetahui dan berilmu)	Zull (hina)
16.	Siqqat (dapat dipercaya)	Bawl wa ghafl (bodoh dan lupa)
17.	Raj' (pengharapan)	
18.	Tahaddus (menceritakan nikmat Allah)	Ghurur (penipu)
19.	Riqqah al-galb (hati lembut)	Tamanny (angan-angan)
20.	Mawjadat (iri hati atas kebaikan)	Fakhar (membanggakan harta)
21.	Munafasar (berlomba demi kebaikan)	Jaza' (penuh keluh kesah)
22.	Hubb fi Allah (mencintai Allah)	Hiqd (iri hati atas keburukan)
23.		Hasad (dengki)
24.	Tawakkal (menyerahkan diri setelah berusaha)	Hubb ma'a Allah (mencintai karena yg lain)
25.	Ihtiyat (hati-hati)	'ajz (lemah hati)
26.	Ilham min malaki (inspirasi dari malaikat)	
	Mubadarah (cekatan dalam bekerja).	Was-was (ragu-ragu)
		Ilham min syaitan (inspirasi dari setan)
		'ajlat (terburu-buru dalam bekerja)

Hakekat manusia dalam perspektif Islam di atas, harus dipahami calon konselor muslim ketika berhadapan dengan klien yang datang padanya. Konsep harfiah tentang manusia tersebut tentu harus dimulai dari diri calon konselor sehingga akan mewarnai proses konseling yang dilakukan pada klien.

Guna memperkaya wawasan tentang hakekat manusia, calon konselor perlu mempelajarinya juga dari teori konseling yang dikemukakan para ahli, yang digolongkan dalam tiga kategori (Gerald Corey 1995:7) yaitu; (1) pendekatan psikodinamika yang berlandaskan terutama pada pemahaman, motivasi tak sadar serta rekonstruksi kepribadian dan merupakan terapi psikoanalitik, (2) psikologi humanistik termasuk didalam teori Gestalt, (3) orientasi tingkah laku, rational-kognitif dan tindakan yang mencakup teori analisis transaksional, rational emotif dan teori realitas.

Pada bagian ini sebagai bahan perbandingan akan diuraikan siapa manusia dan bagaimana kasus/masalah dalam hidupnya dari teori psikoanalitik klasik, teori gestalt dan rational emotif. Untuk mudah memahaminya, diuraikan dalam tabel perbandingan sebagai berikut :

Tabel 2. Manusia Menurut Teori Konseling Barat

No	Jenis Teori	Hekakat Manusia	Kondisi mental bermasalah
1.	<b>Psiko Analitik Klasik; Sigmun Freud</b>	Manusia tidak memegang nasibnya sendiri; tingkah laku manusia ditujukan untuk memenuhi kebutuhan biologis dan insting-instingnya. Tingkah laku manusia dikendalikan oleh pengalaman-pengalaman masa lampau.	Kesehatan mental adalah hasil dari keseimbangan antara kinerja id, ego dan superego. Individu berma-salah adalah yang mengalami kecemasan; (1)kecemasan realistik yaitu ketakutan pada bahaya dari dunia eksternal dan taraf keemasannya sesuai dengan derajat ancaman yang ada. (2) kecemasan neurotik adalah ketakutan terhadap tidak terkendalinya naluri-naluri yang menyebabkan sese-orang melakukan suatu tindakan yang bisa men-datangkan hukuman bagi dirinya sendiri. (3) kecemasan moral adalah

			<p>ketakutan terhadap hati nurani sendiri (Gerald Corey 1995). Manusia melakukan mekanisme pertahanan diri dari kecemasan yaitu :</p> <p>1) <i>Identifikasi</i>; menyatukan ciri-ciri orang lain ke dalam kepribadian sendiri, (2) <i>Displacement</i>; mengalihkan perhatian dari satu objek ke objek yang lain (3) <i>Sublimasi</i>, menggunakan jalan keluar yang lebih tinggi atau yang secara sosial lebih dapat diterima bagi dorongan-dorongannya (4) <i>Represi</i> ; menolak atau menekan dorongan-dorongan yang muncul dengan cara tidak mengakui adanya dorongan itu, (5) <i>Reaksi formasi</i>; mengganti dorongan yang muncul dengan hal-hal yang sebaliknya, (6) <i>Fiksasi</i> ; yaitu terpaku pada satu tahap perkembangan karena takut memasuki tahap perkembangan berikutnya, (7) <i>Regresi</i> ; kembali ke tahap perkembangan sebelumnya. Tingkah laku salah suai disebabkan oleh kekacauan dalam berfungsinya individu:</p> <p>a. dinamika yang tidak efektif antar id, ego dan superego</p> <p>a. proses belajar yang tidak benar pada masa kanak-kanak.</p>
2	Rational Emotif Terapi: Albert Ellis	Manusia memiliki kemampuan inheren untuk berbuat secara rasional ataupun tidak rasional.	Permasalahan emosional hampir selalu terkait dengan perhatian individu yang terlalu besar terhadap apa yang dikatakan orang lain terhadap dirinya. Individu yang



		Manusia berpikir, beremosi dan bertindak secara simultan. unik, dan memiliki kekuatan self talk mereindokrinasi diri dengan keyakinan, gagasan, dan nilai-nilai yang berbeda.	mengalami perasaan tidak enak (sebagai akibat kejadian ), ia dapat : (a) rasional; berbuat realistik agar kejadian itu tidak berulang (b) tidak rasional; meyakinkan diri sendiri akan adanya sejumlah belief yang sebenarnya tidak rasional ( <i>irrational belief</i> ) dan ia tidak beranjak dari situasi yang dialaminya; dengan demikian terjadilah masalah.
3	Gestal; Fritz Perls	Manusia tidak dapat dipahami, kecuali dalam keserluhan konteksnya merupakan bagian dari lingkungannya dan hanya dapat dipahami dalam kaitannya dengan lingkungannya itu. Manusia membentuk suatu keseluruhan yang berarti dari fenomena lingkungannya. <i>Manusia adalah aktor</i> bukan <i>reaktor</i> , subjek pelaku yang merespon kalau diberikan stimulus, berpotensi untuk menyadari sepenuhnya <i>sensasi</i> , <i>emosi</i> , <i>persepsi</i> dan pemikirannya, hanya mampu	Perkembangan mental manusia yang normal ialah keseimbangan antara apa yang harus ( <i>self image</i> ) dan apa-apa yang diinginkan ( <i>self</i> ). Masalah-masalah yang dialami individu adalah : a. <i>Lack of awareness</i> : kepribadian kaku ( <i>rigid</i> ) b. <i>Lack of responsibility</i> ; tidak mau bebas, ingin tetap tergantung c. <i>Loss of contact with the environment</i> ; menolak berhubungan dengan lingkungannya d. <i>Inability to complete gestalt; unfinished bussiness</i> e. <i>Disonning of needs</i> ; menolak kebutuhan diri sendiri f. <i>Dichotomizing dimension of the self</i> ; melihat diri sendiri dalam kontinum „hitam-putih“ Terjadinya masalah pada individu akibat dari „perpecahan“ dalam dirinya dalam proses <i>self image</i> . Perpecahan ini menghalangi

		mengalami hal-hal yang muncul sekarang(bukan masa lalu atau masa datang)	individu untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan, untuk tumbuh, berkembang dan beraktualisasi.
--	--	--	---

## B. Sikap Seorang Konselor dalam Melihat Masalah Klien

Sesungguhnya tidak ada individu yang ingin mengalami masalah dalam hidupnya. Gladding (2012:148) menegaskan konseling dipengaruhi oleh keseriusan masalah yang dipaparkan oleh klien. Leibert, 2006, h.109 dalam Gladding, 2012:148) menyatakan bukti menunjukkan ada hubungan antara seberapa besar masalah yang dipaparkan klien dan perkembangan perbaikan/perubahan tingkah laku dalam proses konseling. Klien yang membicarakan tingkat masalah yang tinggi menjalani lebih banyak sesi untuk mencapai kemajuan yang signifikan dibandingkan klien yang membicarakan masalah yang lebih rendah.

Namun kondisi klien yang datang konseling sangat beragam. Warnath (1977, dalam Gladding, 2012:159) menegaskan klien datang dalam beragam ukuran, bentuk, karakteristik kepribadian dan tingkat ketertarikan. Klien yang cenderung lebih sukses menjalani proses konseling dalam pandangan konselor menurut Schofield, (1964 dalam Gladding, 2012:159) adalah yang datang dari kalangan YAVIS; *young* (muda), *attractive* (atraktif), *verbal* (berani bicara), *intelligent* (cerdas) dan *suksesful* (sukses). Sebaliknya klien yang kurang sukses dikenal dengan singkatan HOUNDS: *homely* (jarang pergi), *old* (tua), *unintelligent* (kurang cerdas), *nonverbal* (jarang bicara), dan *disadvantaged* (kurang berkemampuan atau DUDs /*dumb*(bodoh).

Pada dasarnya konselor harus bersikap waspada terhadap stereotipe yang ada di kepalanya tentang karakteristik klien yang akan dilayani. Ponzo (1985 dalam Galdding,

2012:159) menyarankan agar konselor menyadari kuatnya ketertarikan fisik dalam kehidupannya dan memonitor tingkah laku reaksional terhadap klien YAVIS. Konselor yang terlalu terpengaruh dengan asumsi YAVIS pada diri klien dalam menentukan keberhasilan konseling, akan terjebak dan mengalami kesulitan jika berhadapan dengan klien HOUNDS.

Selain itu, konselor harus memperhatikan tingkah laku nonverbal klien, karena klien selalu mengirimkan pesan nonverbal tentang apa yang dipikirkan dan dirasakannya pada konselor dalam proses konseling. Konselor perlu memperhatikan hasil penelitian Mehrabin (1971 dalam Gladding 2012:160) bahwa ekspresi suka atau tidak suka klien dijelaskan; suka secara verbal 7%, 38% suka secara vokal, dan 55% suka yang kelihatan dari ekspresi wajah. Dampak ekspresi wajah ternyata paling besar, diikuti dampak nada suara, dan kata-kata. Ini berarti konselor perlu mencermati bahwa jika ekspresi wajah klien tidak konsisten dengan perkataannya, tingkat kesukaan yang ditunjukkan ekspresi wajah akan mendominasi dan menentukan dampak dari seluruh pesan.

Terkait ini Sielski (1979 dalam Gladding, 2012:180), konselor juga perlu mempertimbangkan latar belakang kultural seseorang yang bahasa tubuhnya sedang dievaluasi dan menerjemahkan pesan-pesan non verbal secara seksama. Artinya konselor tidak boleh mengeneralisasi pemaknaan semua bahasa nonverbal tubuh untuk semua klien. Konselor perlu memiliki wawasan kultural tentang masing-masing kliennya.

## BAB III

### TAKDIR, USAHA DAN BEKERJA

Bab ini menjelaskan konsep takdir, usaha dan bekerja yang dialami klien. Kebutuhan hidup yang tinggi menuntut klien pada upaya memenuhinya dan diperlukan usaha dan aktivitas bekerja. Apa saja konsep takdir, usaha dan bekerja yang perlu dimiliki konselor dalam menghadapi klien dengan permasalahan karir ? Jawaban terhadap pertanyaan ini diuraikan dalam bab berikut.

#### A. Takdir

Dalam ajaran agama Islam manusia diciptakan sebagai khalifah dimuka bumi, dijelaskan Allah dalam surat Albaqarah ayat 30:

وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلٰٓئِكَةِ اِنِّیْ جَاعِلٌ فِی الْاَرْضِ خَلِیْفَةً ۚ قَالُوْۤا اَتَجْعَلُ فِیْهَا مَنْ یُّفْسِدُ فِیْهَا وَیَسْفِكُ الدِّمَآءَ وَیَحْنُ نُسُجُۙحٌ ۚ بِحَمْدِكَ وَتُقَدِّسُ لَكَ ۗ قَالَ اِنِّیْۤ اَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُوْنَ ﴿۳۰﴾

Artinya :

Percakapan Allah dengan malaikat tentang rencana Allah menciptakan manusia sebagai pemimpin di muka bumi. Malaikat diberitahu karena akan ditugasi berhubungan dengan manusia itu. Kelak manusia akan tahu apa alasan ia diciptakan sehingga ia akan bersyukur kepada Allah.

Ada sebuah eksperimen sosial yang dilakukan pada pasien dengan kondisi penyakit yang sama (anggap saja stroke) di satu rumah sakit. Pasien dilantai pertama diberikan pelayanan prima semua keperluannya telah disiapkan. Pasien tinggal menjalani rutinitas yang telah diatur oleh perawat.

Adapun pasien di lantai 2 dirawat dengan pelayanan prima dengan memberikan kesempatan padanya untuk memilih. Pagi daftar menu sarapan telah diberikan dan pasien menentukan sendiri yang disukainya, begitu untuk semua kegiatan selalu ada campur tangan pasien dalam memilih.

Ternyata setelah perawatan selama 1 bulan, pasien di lantai 2 lebih dulu sehat dibandingkan dengan pasien dilantai 1. Hal ini dipengaruhi oleh kondisi pasien yang diberikan kesempatan memilih dan menikmati pilihan dalam hidupnya.

Jika kita renungkan maka dapat dikatakan bahwa alternatif dan resiko yang ada dalam kehidupan manusia merupakan pilihan yang berdasarkan pertimbangan individu sehingga ia akan menikmati hidupnya. Bayangkan jika manusia sudah ditentukan jalan hidupnya sejak ia lahir tanpa diberi kesempatan memilih oleh Allah SWT, maka kehidupannya akan monoton dan tidak ada dinamika.

Pembahasan ini menarik diangkat dalam proses konseling bagi klien yang mengalami masalah "menyalahkan takdir". Konselor harus memiliki wawasan tentang konsep takdir dan membahasnya dengan klien. Apa, mengapa, bagaimana, kapan, dan dimana. Semua aspek dibahas dengan klien menggunakan teknik umum dan khusus dalam proses konseling. Terutama untuk klien muslim, akan menarik dibahas dalam perspektif Alquran dan contoh pribadi muslim sukses .

## **B. Usaha**

Berkaitan dengan adanya kemampuan memilih maka manusia disuruh oleh Allah SWT untuk berusaha. Surat Ar'rad ayat 11 yang artinya : "Sesungguhnya Allah SWT tidak akan mengubah nasib suatu kaum, hingga ia mengubah apa yang ada pada diri mereka sendiri.

Garansi dari Allah adalah MANJADDA WA JADDA yang artinya siapa yang bersungguh-sungguh ia akan berhasil.

Kenyataannya hidup kita sangat ditentukan oleh waktu yang singkat dan kita harus mengambil keputusan dalam setiap tindakan yang dilakukan dalam kehidupan. Kemampuan dan ketepatan menentukan keputusan dari pilihan yang ada dalam hidup menentukan kualitas hidup manusia; kebahagiaan, kesehatan hidup, dan stress yang kita rasakan. Untuk itu kita diberikan kemampuan untuk memilih dan berusaha.

Pembicaraan ini juga menjadi frame work bagi konselor menghadapi klien yang bermasalah dengan usaha hidupnya yang mengalami hambatan. Konsep tentang usaha ditambah dengan bekerja dan berkarir harus dikuasai konselor.

### **C. Bekerja dan Berkarir.**

Bekerja adalah fitrahnya manusia. Toto Tasmara (2002:25) menegaskan bagi seorang muslim bekerja adalah upaya sungguh-sungguh mengerahkan semua pikiran, tenaga dan zikirnya untuk mengaktualisasikan diri sebagai hamba Allah yang harus menundukkan dunia dan menempatkan diri sebagai bagian dari masyarakat yang terbaik. Bekerja dimaknai sebagai ibadah. Oleh sebab itu makna bekerja bagi seorang muslim ada 2 hal didalamnya yaitu ibadah untuk menunjukkan pengabdian sebagai makhluk Allah dan dilakukan sengaja dan direncanakan.

Pekerjaan mempengaruhi hidup seseorang secara keseluruhan termasuk kesehatan fisik dan mental. Temuan penelitian kualitatif Henderson (2000 dalam Gladding, 2012) menyebutkan bahwa individu yang sangat bahagia dengan pekerjaannya akan setia dalam menjalankan apa yang menjadi minatnya, memperlihatkan kompetensi dan kekuatan pribadi yang luas, dan berungsi dalam lingkungan kerja yang dicirikan dengan kebebasan, tantangan, arti dan atmosfer sosial yang positif.

Selanjutnya Imbimbo, (1994 dalam Gladding, 2012:402) menyatakan bahwa ada interkoneksi antara peran pekerjaan

dan peranan lain dalam kehidupan seseorang. Jadi penghasilan, stress, identitas sosial, arti, pendidikan, pakaian, hobi, minat, teman, gaya hidup, tempat tinggal dan bahkan karakteristik kepribadian seseorang terkait dengan kehidupan kerja seseorang (herr, Cramer & Niles dalam Gladding, 2012).

Oleh sebab itu konselor harus melihat berkarir bagi klien dimaknai sebagai pekerjaan yang ditekuni oleh seseorang yang menuntut keahlian, ditekuni sepanjang hayat dan sifatnya dinamis/berkembang. Gladding (2012) menegaskan memilih sebuah karir lebih dari sekedar menentukan apa yang akan dilakukan seseorang untuk mencari nafkah. Proses pemilihan karir sangat unik pada masing-masing individu.

Prospek kedepan, konseling karir lebih besar peluang dibutuhkan klien dibandingkan psikoterapi (Crites, 1981 dalam Gladding, 2012:403). Konselor harus benar-benar mempertimbangkan banyak faktor saat melakukan konseling karir terutama membantu klien membuat keputusan karir.

Pandangan keIslaman tentang konsep bekerja, berkarir perlu diintegrasikan konselor dalam pembahasan masalah klien. Toto tasmara (2002:27) menegaskan bahwa bekerja bukan saja untuk memuliakan diri manusia, menampakkan kemanusiaannya, melainkan juga sebagai suatu manifestasi dari amal shaleh dan oleh karenanya mempunyai nilai ibadah yang sangat luhur. Klien yang dapat memahami, menghayati, mengaktualisasikan konsep ini dalam permasalahannya akan memberikan pengaruh positif bukan hanya untuk dirinya sendiri tetapi juga lingkungannya.

## BAB IV

### PROFIL NABI MUHAMMAD SAW SEBAGAI KONSELOR IDEAL

Konseling sebagai proses membantu individu oleh konselor, agar ia (klien) memahami diri, membuat keputusan dan pemecahan masalah, sebenarnya merupakan suruhan Allah kepada umatNya. Dalam Surat Al Ashr (ayat 1-3) Allah telah memberikan aba-aba bahwa hidup manusia akan sangat terikat dengan waktu dan sesungguhnya manusia berada dalam kerugian. Allah menegaskan orang yang tidak merugi adalah orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal kebajikan, serta saling menasehati supaya menjalankan kebenaran dan saling menasehati supaya tabah menghadapi kesukaran.

Selanjutnya, dalam Islam profil konselor ideal telah diciptakan Allah yaitu nabi Muhammad SAW. Allah berfirman dalam surat al-ahzab: 21:

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ

الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا ﴿٢١﴾

*Sesungguhnya telah ada pada diri Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah.*

Uraian kepribadian Nabi Muhammad SAW sebagai 'konselor' dapat dilihat dari deskripsi Aisyah Ummul Mu'minin serta para sahabat lain khususnya perilaku rasul dalam berbicara. Riwayat-riwayat hadis tersebut adalah (dalam Abu Isa Muhammad bin Isa ibn Syurah, 1988)



1. Aisyah r.a. mengabarkan :

ما كان رسول الله صلعم يسرد كسر دكم هذا ولكنه كان يتكلم بكلام بين فصل يحفظه من جلس اليه

*Rasulullah saw. Tidak berbicara cepat sebagaimana kalian. Tetapi beliau berbicara dengan kata-kata yang jelas dan tegas. Orang yang duduk bersamanya akan dapat menghafal kata-katanya.*

2. Anas bin Malik r.a. bercerita:

كان رسول الله صلعم يعيد الكلمة ثلاثا لتعقل عنه

*Rasulullah saw. suka mengulang kata-kata yang diucapkannya sebanyak tiga kali agar dapat dipahami.*

3. Hasan bin Ali, r.a. bercerita:

.....يتكلم بجوامع الكلم, كلامه فصل لا فصول ولا تقصير ليس بالجافي ولا المهين يعظم النعمة وان دقت لا يذم منها شيئا غير انه لم يكن يذم ذوقا ولا يحمده ولا تغضبه الدنيا

*.....isi pembicaraan rasulullah padat dengan makna, kata-katanya jelas, tiada yang sia-sia dan tiada yang kurang dipahami. Beliau tiada berlaku kasar dan tiada pernah menghina. Nikmat Allah dibesarkannya walaupun hanya sedikit. Selain itu beliau tidak pernah mencaci makanan dan minuman, juga tidak pernah memujinya. Tidaklah dunia menjadikannya marah dan tidak pula beliau marah karena dunia.*

Kegiatan konseling sebagai bantuan profesional pada individu yang memerlukan pemahaman diri menuntut teknik dan metode tertentu dalam menyelenggarakannya. Terkait dengan itu Abdul hayat dalam tulisannya disebuah situs internet menyatakan ayat-ayat Alquran banyak sekali mengandung nilai-nilai konseling. Artinya untuk penyelenggaraan konseling itu sebenarnya telah ada diatur dalam Al-Quran.

Beberapa nilai dalam ajaran Islam yang termaktub dalam Kitab Suci AlQuran sebagai dasar dalam pelaksanaan konseling bagi seorang konselor diantaranya, adalah sebagai berikut :

1. *Perkataan yang berbekas di hati (qaulan baligha)* ini ditanamkan sebagai pelajaran hidup dalam al-Qur'an surat al-Nisa ayat 63 Allah berfirman: “*Mereka itu adalah orang-orang yang Allah mengetahui apa yang di dalam hati mereka. Karena itu berpalinglah kamu dari mereka, dan berilah mereka pelajaran, dan katakanlah kepada mereka perkataan yang berbekas pada jiwa mereka (qaulan baligha).*” (Q.S. al-Nisa: 63).

Perkataan yang membekas di hati adalah perkataan yang benar-benar keluar dari lubuk hati. *Qaulan baligha* artinya kata yang sampai ke lubuk hati. Menurut Buya Hamka dalm tafsir al-Azhar, *qaulan baligha* mengandung *fashahat* dan *balaghat*. *Fashahat* menunjukkan luasnya penguasaan ilmu, wawasan, dan amalan. *Balaghat* menunjukkan kecerdasan dalam memilih dan mempergunakan setiap butir dari kata-kata sehingga ketika diucapkan benar-benar mengena ke lubuk hati yang paling dalam.

2. *Berbicara yang baik saja*. Sebuah pembicaraan dikatakan baik apabila isinya bermanfaat, mengandung kebajikan, membuat senang pendengarnya, atau tidak menyakiti hati orang lain. Pembicaraan yang baik juga bercirikan penggunaan kata-kata yang benar atau sesuai kaidah bahasa yang berlaku (*qaulan sadida* Q.S. 4: 9), kata-kata yang tepat sasaran, komunikatif, atau mudah dimengerti (*qaulan baligha* Q.S. 4: 63), serta menggunakan kata-kata yang santun, lemah-lembut, atau tidak kasar (*qaulan karima* Q.S. 17: 23). Pembicaraan yang baik juga harus penuh kejujuran atau kebenaran (*shidq*). Perkataan-perkataan seperti inilah yang seharusnya keluar dari setiap ucapan konselor.
3. *Malu (haya)*. Malu adalah perasaan untuk tidak ingin direndahkan atau dipandang buruk oleh pihak lain. Jadi, malu adalah persoalan harga diri atau gengsi. Malu yang paling

utama adalah malu kepada Allah SWT sehingga tidak berbuat sesuatu yang melanggar aturan-Nya. Malu kepada manusia harus dalam konteks malu kepada-Nya. *“Sesungguhnya sebagian yang didapatkan manusia dari perkataan nabi-nabi terdahulu ialah jika kamu tidak malu, maka berbuatlah sesukamu !*

Dari adanya nilai malu inilah, konselor menegakkan profesionalitasnya. Ia harus berbuat yang terbaik dan sesuai dengan jalur keilmuan serta profesinya.

4. *Rendah hati (tawadhu)*, yaitu perasaan lemah dan kecil di hadapan Allah. Sifat ini akan membuat konselor tidak berlaku sombong, tidak memandang dirinya mulia apalagi merasa paling benar. 'Tawadhu' juga diartikan sebagai tunduk pada kebenaran dan mengikutinya, walaupun kebenaran itu datang dari seorang anak kecil.
5. *Senyum*. Senyum adalah suatu kebajikan dan sama dengan ibadah sedekah. Rasulullah saw sangat menganjurkan umatnya agar murah senyum atau bersikap menyenangkan. Senyum dapat kita rasakan tatkala melihat keramahan orang lain. Sebaliknya, sukaakah kita melihat orang cemberut dan bermuka masam ? Rasul bersabda, *“Kamu tidak bisa meratai (memberi semua) manusia dengan harta-hartamu, tetapi hendaklah bermanis muka dan perangai yang baik dari kamu meratai mereka”*. Adapun makna yang tersirat dari sabda ini adalah Rasul selalu menganjurkan agar setiap konselor berusaha hangat dan lues dalam menerima kliennya
6. *Sabar*. Bersabar dalam pergaulan adalah sifat mukmin sejati. Dalam bergaul ditemui banyak sekali ragam orang serta watak (perilakunya), ada yang menyenangkan ada pula yang menyebalkan. Terhadap yang tidak menyenangkan, diharuskan bersabar. Imam al-Ghazali pernah berkata: *“sabar adalah suatu kondisi mental dalam mengendalikan nafsu yang tumbuhnya adalah atas dorongan ajaran agama”*. Seorang konselor perlu memiliki sifat sabar ketika ada para klien yang memiliki sejuta permasalahan.

7. *Kuat atau taban banting*. Kuat artinya memiliki ketahanan mental dan fisik yang tinggi, tidak mudah putus asa, tidak suka mengeluh, dan sehat jasmani-rohani. Kuat dapat pula dimaknai dengan unggul dan berkualitas. *“Janganlah berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tidak berputus asa dari rahmat Allah kecuali kaum kafir”* (Q.S. Yusuf: 87)
8. *Pemaaf dan tidak pendendam*. Marah dapat membawa malapetaka. Orang sedang marah dikuasai hawa nafsu dan setan. Pikirannya menjadi tidak jernih, tidak bersih. Akalnya menjadi tidak berfungsi normal. Rasulullah saw adalah sosok pribadi yang tidak pernah kelihatan marahnya walau ada permasalahan yang terjadi. Beliau begitu lihai dan pandai menyimpan amarahnya di saat saat ada kaum muslimin yang membuat kebijakan yang salah. Konsekuensinya, para konselor harus mampu meredam amarah, apalagi hal itu akan mampu mempengaruhi keterbukaan kliennya
9. *Suka menolong*, yaitu membantu klien yang sedang dalam kesulitan selama berada di garis kebaikan dan takwa. Termasuk menolong orang lain adalah menutupi aibnya sehingga tidak membuatnya malu. *“Siapa yang menutupi aib orang mukmin, maka Allah akan menutupi aibnya di dunia dan akhirat. Allah akan tetap menolong hamba-Nya selama hamba-Nya itu suka menolong saudaranya”*. Hal ini mencerminkan azas kesukarelaan dan kerahasiaan dalam proses konseling yang harus dipegang teguh oleh konselor.

Profil Nabi Muhammad SAW sebagai konselor yang ideal dalam bahasan ini diharapkan menjadi modal bagi konselor muslim untuk menjadikannya sebagai sosok idola dan panutan dalam menjalankan profesi. Hal ini harus diyakini oleh konselor muslim dalam AlQuran bahwa Nabi Muhammad adalah uswatun hasanah bagi manusia (*surat al-ahzab: 21*).

Secara teoritis bahwa konselor adalah lulusan sarjana konseling dan mengikuti pendidikan profesi, maka istilah konselor untuk Nabi Muhammad SAW, patut dimaknai berbeda.

Penulis sengaja menjadikan pembahasan ini dalam satu bab tersendiri, karena mahasiswa muslim calon guru BK diharapkan mampu mengintegrasikan kepribadian Nabi Muhammad SAW tersebut ke dalam dirinya selaku konselor.

## **BAB V**

### **PENGALAMAN TRAUMATIS SERTA PENANGANANNYA DALAM KONSELING**

Salah satu situasi yang tidak umum dihadapi oleh konselor adalah peristiwa traumatis yang dihadapi klien. Bab ini membahas bagaimana pengalaman traumatis dan penanganannya dalam konseling oleh konselor.

Traumatis artinya adalah keadaan jiwa atau tingkah laku yg tidak normal sebagai akibat dari tekanan jiwa atau cedera jasmani; luka berat (<http://kbbi.web.id/trauma>, diakses tanggal 24 Februari 2014). Peristiwa yang terjadi dalam kehidupan klien bisa saja menimbulkan luka berat dan bekas yang mendalam. Bekas yang dimaksud bukan saja secara fisik tetapi lebih kepada psikologis. Anda mungkin pernah mengalami kejadian secara fisik seperti jatuh dari ketinggian semisal memanjat batang pohon, lalu mengakibatkan tubuh anda cacat atau kaki anda patah. Kejadian jatuh dari pohon bukan hanya menimbulkan bekas pada fisik Anda yaitu kaki anda patah, tetapi juga dapat menyebabkan ketakutan pada diri Anda akan ketinggian.

Saat menaiki tangga atau berada di gedung tinggi lalu anda melihat kebawah jantung anda berdegup kencang, kepala Anda tiba-tiba pusing, dan Anda bisa histeris. Anda mengalami peristiwa traumatis.

Bidang *traumatologi* (studi mengenai individu yang mengalami trauma) telah mencapai perkembangan yang pesat di akhir dekade ini (Figley, 1995). Salah satu kontribusinya adalah meningkatnya kesadaran bahwa seseorang akan mengalami dampak psikologis yang berat ketika mengalami kejadian yang traumatik. Oleh sebab itu, pada tahun 1980, *American Psychiatric Association* mempublikasikan adanya diagnosis *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) dalam *Diagnostic and Statistic Manual of Mental Disorder (Third Edition)* (DSM-III). Diagnosis ini melihat simtom-

simtom yang umumnya dialami oleh individu-individu yang mengalami trauma sebagai gangguan psikiatris. PTSD merepresentasikan betapa berbahayanya pengaruh biopsikososial dari pengalaman traumatis.

Untuk memahami pengalaman traumatis, menarik jika kita analisis tulisan ini yang saya ambil dari cuplikan sebuah kisah yang dialami seorang ibu. Kisah ini saya ambil dari cerita seseorang dalam media facebook, sebagai berikut :

*Cerita itu tentang Ani Komariah Sriwijaya, seorang ibu rumah tangga asli Boyolali tapi tinggal di Bandung, lulusan ITB, yang pada 2006 lalu mengegerkan masyarakat karena membunuh ketiga anaknya yang masih kecil dengan cara membekap mereka dengan bantal sampai meninggal. Mungkin masih banyak yang ingat kasusnya. Banyak yang mengira bahwa alasan pembunuhan itu adalah karena Bu Ani depresi memikirkan masalah ekonomi dan mengkhawatirkan masa depan anaknya yang suram. Bu Ani kemudian diputus bebas oleh pengadilan dan diperintahkan untuk menjalani perawatan di Rumah Sakit Jiwa. Pak Faudzil Adhim kebetulan tergabung didalam tim psikologi yang memeriksa kondisi kejiwaan Bu Ani waktu itu, dan cerita latar belakang kenapa Bu Ani memutuskan untuk mengakhiri hidup anak2nya inilah yang mengundang kucuran airmata dan menegakkan bulu roma kami semua yang mendengarnya*

*Bu Ani sendiri, boleh dibilang adalah potret sempurna dari keberadaan seorang anak. Dari kecil sampai lulus ITB, prestasi akademiknya selalu cemerlang. Pengalaman sosialnya juga bagus. Intinya, dari luar dia merupakan anak yang diidam-idamkan semua orangtua, titik. Ketika kemudian menikah dan menjadi seorang ibu, dia juga tidak beda dengan ibu-ibu lainnya yang sangat menyayangi anak-anaknya, segenap jiwa dan raga. Lantas kenapa dia sampai memutuskan mengakhiri hidup anak-anaknya sendiri?? Sebelum mengungkapkan alasan yang berhasil digali oleh tim psikologi yang memeriksanya, Pak Faudzil menggambarkan suasana siang itu,*

*ketika Bu Ani melaksanakan niat yang sudah bulat diambilnya sejak beberapa waktu sebelumnya.*

*Siang itu si anak sulung Nadhif (6 tahun) baru pulang sekolah. Mungkin sekitar dhuhur, ketika sehabis sholat Bu Ani menyambut kedatangan si sulung dengan senyum dan pelukan sayang seperti biasa. Kemudian disiapkannya makan siang untuk Nadhif, ditemaninya si sulung makan siang bersama adiknya Faras (3 tahun, si anak tengah) . Si bungsu Umar (9 bulan) saat itu sedang tidur siang.*

*Sepanjang makan siang itu, Bu Ani lebih banyak mengelus rambut anak2 dan menciumi kepala mereka daripada hari-hari yang lain. Setelah selesai disuruhnya Nadhif dan Faras mandi. Sehabis mandi, mereka diberi pakaian yang nyaman dan dibedak seluruh tubuhnya sampai harum. Bu Ani kemudian menyuruh si sulung bermain di ruangan lain sementara dia mengantarkan si tengah tidur siang di kamar. (Aku tidak yakin yang mana diantara mereka yang lebih dulu diminta untuk tidur siang, tetapi kurang lebih begitu kejadiannya, satu anak diantar tidur siang dan yang lain bermain di luar kamar).*

*Bu Ani tak lupa mengajak si anak membaca doa sebelum tidur, bahkan dengan lembut menyanyikan beberapa lagu pengantar tidur yang diminta anaknya. Ketika kemudian dia yakin bahwa si anak sudah tertidur pulas, diambilnya bantal dan ditangkupkannya ke wajah anaknya tersebut....kuat-kuat....lama....cukup lama sampai nafas si anak berhenti...*

*Kemudian Bu Ani memanggil si anak lain yang sedang bermain di luar kamar. "Ayo, temani saudaramu tidur siang nak..." Dengan kelembutan dan kasih sayang yang sama diantarkannya si kecil ke hangatnya tidur siang dan mimpi yang indah... Dan Bu Ani sekali lagi mengambil bantal untuk ditangkupkan ke wajah si kecil... Si kecil pun kembali meregang nyawa tepat disamping saudara yang tanpa sepengetahuannya sudah lebih dulu meninggalkannya.*



*Dan terakhir, si bungsu Umar, yang masih bayi dan terlelap tidur pun, kemudian menyusul kedua kakaknya...meregang nyawa didalam pelukan Bu Ani...*

\*\*\*

*Kisah diatas sangat mengerikan buat kita semua, tentu saja... Tetapi kalau ada yang lebih mengerikan adalah alasan Bu Ani melakukannya. Kalau melihat latar belakang pendidikannya, tentu hal seperti ini kurang masuk akal. Seharusnya Bu Ani sebagai seseorang yang berpendidikan tinggi, lebih bisa mengatasi tekanan mental maupun emosi didalam dirinya. Tetapi apa yang dialaminya (seperti yang diceritakan oleh Pak Fauznil di PSC) ternyata memang sangat besar, jauh lebih besar daripada yang kami semua kira. Setelah melewati penggalan yang lama dan dalam oleh tim psikologi, terungkap alasan sebenarnya dibalik keputusan Bu Ani...*

*Ani Komariah, dari luar memang potret anak yang sempurna. Tetapi sangat ironis dan dramatis, kecemerlangan dirinya dihadapan semua orang, ternyata tidak bisa dilihat oleh si Ani terpancar keluar dari mata ibu kandungnya sendiri. Ibunda dari Ani, diceritakan tidak pernah merasa puas dengan apapun yang dicapai oleh putrinya. Dan sang Ibu adalah tipe wanita yang SANGAT PENGOMEL!! Sekeras apapun Ani berusaha memberikan yang terbaik dalam hidupnya, tetap saja yang dia dapat ketika pulang adalah omelan tidak puas dari ibunya. Sebanyak apapun nilai A yang dia dapat, begitu berhadapan dengan ibunya langsung menjadi tidak berarti karena akan selalu dibandingkan dengan prestasi teman lain yang nilai A nya lebih banyak. Setinggi apapun prestasi yang dicapai Ani, yang dilihat sang Ibu adalah orang lain yang berprestasi lebih tinggi lagi. Omelan demi omelan tanda ketidakpuasan, sepertinya hanya itu yang Ani dapat selama dia tumbuh dewasa. Dan itu merupakan sebuah luka yang besar yang kemudian berurat akar dalam dirinya.*

*Ketika Ani menikah serta melahirkan ketiga anak-anaknya, omelan-omelan tak puas dari sang ibu bahkan sama sekali bukanlah yang terburuk yang bisa terjadi...*

*Selama mendidik putra-putrinya, pelan-pelan Ani belajar dan menyadari bahwa kebiasaan ibunya mendidik dia dulu, tanpa sadar seringkali dilakukannya pada anak-anaknya. Sekeras apapun niatnya untuk bertekad tidak mau meniru cara mendidik ibunya yang penuh omelan tak puas itu, tetapi sesering itu juga tanpa disadarinya, itu terjadi... Anaknya tumbuh dengan omelan yang (walaupun tidak sebanyak dirinya, tetapi) mirip dengan yang selalu diterimanya dulu dari sang ibu...*

*Ani kemudian belajar dan menemukan bahwa luka yang ditorehkan sang ibu didalam hidupnya, tak mungkin terhapuskan... Lebih buruk lagi, kemudian dia memutuskan bahwa luka itu menular, menurun dan melukai anak-anaknya juga... Luka yang kali ini dia timbulkan sendiri.... Dia torehkan tanpa sadar kedalam hidup anak-anak yang dicintainya... Luka yang menyebar dengan kuat, bahkan tekad bulatnya yang kuat untuk menjadi ibu yang baik pun, tak kuasa menghentikannya...*

*Sebagai seorang ibu, Ani merasa bahwa dia adalah ibu yang sudah terlanjur terlaknat. Terlaknat oleh luka dan kebiasaan buruk tak tersembuhkan yang sudah kadung ditorehkan ibunya dulu. Dan lebih buruk lagi, sekarang, tanpa dia sadari dan bisa hentikan, dia akan mencetak 3 calon orangtua yang terlaknat juga, yaitu anak-anaknya. Ani merasa nanti ketika anak2nya sudah menjadi orangtua, tanpa sadar mereka pasti akan mewarisi caranya memperlakukan anak-anak, sekeras apapun mereka mungkin akan mencoba menghentikannya.*

*Tak terbayangkan oleh Ani nasib cucu dan keturunannya, kalau luka ini akan terus menjalar turun kepada keturunannya. Kalau omelan-omelan jahanam itu akan terus menelan korban, melukai hidup banyak orang karena tidak bisa dihentikan penularannya.*

*Melukai banyak orang yang kemudian hanya akan berakhir sama, menjadi penyebar dan pembawa kebiasaan terkutuk itu...*

*Konon, Bu Ani masih mengakui betapa cintanya dia pada sang bunda... Tetapi pada akhirnya, sebagai seorang ibu yang juga sangat mencintai Nadhif, Faras dan Umar, Bu Ani memutuskan bahwa dia tidak sanggup lagi mencintai anak-anaknya... Tidak dengan cara seperti itu...*

Cerita di atas, kalau ditindaklanjuti dengan konseling misalnya Bu Ani adalah klien Anda. Berkaitan dengan kondisi traumatis pada klien, maka konselor yang efektif bertumbuh sebagai seorang manusia dan menolong yang lain untuk melakukan hal yang sama, baik secara personal maupun global.

Dengan kata lain, konselor yang efektif peka terhadap diri mereka dan orang lain. Mereka memonitor prasangka mereka, mendengarkan, mencari klarifikasi, mengeksplorasi perbedaan kultural dan rasial secara terbuka dan positif (Ford, Harris, & Schuerger, 1993 dalam Samuel T. Gladding, 2012: 40). Auvenshine dan Noffsinger (1984) dalam Samuel T. Gladding, (2012:44) menyatakan konselor yang efektif adalah konselor yang secara emosi dewasa, stabil, dan objektif. Mereka memiliki kesadaran diri dan mantap dalam kesadaran tersebut serta mampu mengelola kelebihan dan kekurangan mereka secara realistis.

Kemampuan konselor untuk bekerja dari perspektif pengalaman emosional yang sudah teratasi yang membuat seseorang peka terhadap diri sendiri dan orang lain adalah karakter yang disebut Rollo May sebagai penyembuh luka (May, Remen, Young, & Berland, 1985 Samuel T. Gladding, 2012: 41). Hal ini merupakan fenomena paradoks. Individu yang pernah tersakiti dan mampu mengatasi rasa sakit tersebut serta memperoleh wawasan untuk diri sendiri dan dunia akan mampu menolong orang lain yang berjuang untuk mengatasi masalah emosionalnya (Miller, Wagner, Britton, & Gridley, 1998). Mereka telah merasakan apa yang klien rasakan.

Jadi, konselor yang mempunyai pengalaman hidup menyakitkan dan mampu menanganinya, biasanya mampu berkomunikasi dan bersikap jujur (autentik) dengan klien yang mempunyai masalah (Foster, 1996 dalam Samuel T. Gladding, 2012: 41). Secara natural, empati yang dilakukan konselor pada klien yang mengalami peristiwa traumatis dan keinginan yang kuat untuk membantu memungkinkan terjadinya secondary traumatic stress.

Konselor perlu mewaspadainya dan mengatasinya dengan melakukan diskusi profesional. Pengalaman traumatis yang dirasakan konselor dan dapat diatasi, akan membantunya sehingga memiliki kemampuan berkomunikasi dan bersikap jujur (autentik) dengan klien yang mempunyai masalah yang sama di kemudian hari.

Berkaitan dengan pengalaman traumatis yang dialami klien maka untuk mencapai dinamika perubahan dalam diri klien, konselor perlu melakukan semua tahap konseling dengan hati-hati dan tidak perlu terburu-buru. Kepercayaan dan keterbukaan klien dalam setiap tahap konseling mulai dari penerimaa, penjelajahan masalah, penafsiran, pengubahan tingkah laku dan evaluasi, sangat ditentukan oleh keprofesionalan konselor.

Konselor yang profesional dalam menangani pengalaman traumatis klien ditandai dengan ciri-ciri : (1) mampu memahami kondisi klien apa adanya/ Klien tidak pernah salah, (2) mampu berempati, (3) mampu menggunakan teknik umum yang membantu menjelajahi masalah klien sehingga diperoleh titik api /akar masalah yang menyebabkan klien mengalami trauma, (4) mampu menggunakan teknik khusus seperti desensitisasi yaitu penumpukan kesensitifan klien pada satu hal karena pengalaman traumatisnya, (5) terjadi perubahan tingkah laku klien secara bertahap ke arah positif.

## **BAB VI**

### **BUDAYA KLIEN DAN SIKAP KONSELOR DALAM KONSELING**

Bab ini menjelaskan permasalahan budaya klien yang dibawanya dalam proses konseling. Tujuan yang ingin dicapai dengan pembahasan ini khususnya bagi mahasiswa calon guru BK atau konselor adalah : (1) Memiliki wawasan dan pengetahuan tentang permasalahan budaya yang dibawa klien dalam konseling (2) Mendapatkan *frame work* atau bingkai kerja sehingga tidak terjadi miskonsepsi budaya klien yang mempengaruhi proses konseling.

#### **A. Hakekat Budaya dan Konseling Lintas Budaya**

Manusia adalah makhluk berbudaya yang diwariskan turun temurun dari nenek moyangnya. Cohen, (dalam Gladding 2012:99) menegaskan adanya budaya akan membentuk perilaku, pemikiran, persepsi, nilai, tujuan, moral dan proses kognitif manusia. Itu terjadi secara disadari maupun tidak disadari. Oleh sebab itu disadari atau tidak, budaya menjadi salah satu penentu peradaban kehidupan manusia sehingga terjadi perkembangan ke arah yang lebih baik.

Makna budaya secara inklusif dan luas menurut Axelson (1999) adalah sekelompok orang yang mengidentifikasi atau berasosiasi satu dengan yang lain berdasarkan kesamaan tujuan, kebutuhan, atau latar belakang. Artinya budaya dapat terbentuk pada satu komunitas kehidupan dimasyarakat yang memiliki kesamaan dan mungkin akan berbeda dengan budaya pada komunitas masyarakat lainnya.

Kata budaya menurut Pederson (dalam Gladding, 2012:99) meliputi; (a) variabel etnografik seperti etnisitas, kewarganegaraan, agama dan bahasa, (b) variabel demografik dari umur, gender, tempat tinggal, (c) variabel status seperti latar belakang ekonomi, sosial, pendidikan dan afiliasi atau keanggotaan formal atau informal dalam cakupan yang lebih luas.

Antropolog Beattie menyimpulkan bahwa kebudayaan mencakup semua tingkah laku yang dipelajari manusia (*cultural behavior*) yang bukan hasil insting (Martin,2007:42), tetapi hasil belajar warga dari warga lain sehingga memungkinkan ia diterima sebagai warga masyarakat itu. Dengan berbekal tingkah laku kultural (Ross,1963:85) itu, warga bisa berfungsi dan bertingkah laku dengan baik di masyarakat.

Moh Ansyar (2014) menegaskan seseorang yang hidup terpisah dari kelompoknya tidak akan memperoleh pengetahuan, keterampilan atau tingkah laku kultural lain sebagai bagian dari nilai-nilai budaya masyarakatnya. Dia hanya mengandalkan pengalaman sendiri tentang cara pemecahan masalah yang dihadapinya tanpa mengambil manfaat dari pengalaman generasi sebelumnya. Oleh sebab itu, hanya dengan hidup bersama di masyarakat seorang individu dapat mempelajari kekayaan budaya sosial dan tingkah laku budayanya. Kekayaan inilah yang dapat membuat seorang individu menjadi manusia berbudaya sehingga manusia disebut "binatang berbudaya" (Broom&Selznich, 1963:52).

Lebih jauh dijelaskan Smith, Stanley & Shores (1957 dalam Moh.Ansyar, 2014) bahwa walaupun masyarakat dan kebudayaan adalah dua hal yang berbeda, tetapi tanpa kebudayaan tidak ada masyarakat, dan tanpa masyarakat tidak ada kebudayaan. Keterkaitan yang erat antara budaya dan masyarakat menimbulkan perbedaan budaya antara satu masyarakat dengan masyarakat lain. Hasil budaya masyarakat merupakan suatu keperibadian yang juga suatu kekuatan

masyarakat itu sehingga perlu dipelihara, dikembangkan dan diwariskan kepada generasi berikut.

Bicara budaya juga identik dengan istilah multikultural. Locke (1998 dalam Gladding 2012:99) menjelaskan fokus yang paling mencolok dari kata multikulturalisme adalah keunikan dan konsep kelompok yang terpisah yang memfasilitasi perhatian pada perbedaan individual.

Konsepsi yang dipahami tentang manusia sebagai makhluk berbudaya ditegaskan oleh Vacc, Nicholas A (2003); *“individuals are products of their culture and experience and cannot be considered apart from the systems in which they participate.* Konsep seperti ini akan mewarnai bagaimana interaksi antar manusia apalagi mereka berbeda budaya.

Perbedaan budaya antar orang jelas akan memberi pengaruh terhadap efektifitas interaksi sosial yang terjadi diantara mereka apalagi itu menyangkut hubungan profesional seperti konseling. Lebih ditegaskan lagi, interaksi atau hubungan antara pelaksana kegiatan konseling yang disebut konselor dengan orang yang dikonselinginya disebut klien, akan sangat diwarnai oleh budaya mereka masing-masing. Hasil penelitian Sue & Sue (dalam Gladding, 2012:98) menemukan bahwa 50% klien dari budaya minoritas berhenti setelah 1 sesi konseling, dibandingkan dengan sekitar 30% klien dari budaya mayoritas. Hal ini menunjukkan bahwa klien dari budaya minoritas menemukan pengalaman konseling yang tidak menyenangkan.

Pada kenyataannya selalu terdapat perbedaan dan keunikan individu dalam kehidupan klien dan konselor. Secara sederhana, berbeda jenis kelamin antara konselor dan klien, perbedaan bahasa, kebiasaan, kepercayaan, agama dan lokasi tempat tinggal, semua menjadi bagian dari cerita budaya yang dianut seseorang. Faktanya juga bahwa setiap orang menginginkan untuk diterima dan diakui keunikan atau ciri khas diri mereka masing-masing. Mereka juga tidak mau terlihat aneh, dan ingin dipahami oleh orang lain. Dalam hal

ini konselor menurut Vacc, Nicholas A (2003:6 ) haruslah membantu klien untuk dapat melewati badai dalam kehidupannya:

*The fact that although all people desire acceptance, they also enjoy their uniqueness. In many cases they do not want to be mainstreamed, to develop middle-class values, or to lose their individuality and dignity. They prefer that their difficulties and differences be understood rather than interpreted and evaluated Savvy counselors are not concerned with the shoulds, They are concerned with helping the individual navigate the storms of life.*

## **B. Sikap konselor yang Waspada terhadap Miskonsepsi budaya dalam Proses Konseling**

Sesungguhnya hubungan konselor dan klien dalam proses konseling individual adalah hubungan profesional yang terikat oleh kepentingan utama yaitu kemaslahatan klien. Terkait dengan itu keefektifan konseling yang dilaksanakan konselor guna mengentaskan masalah klien menurut Gladding (2012:98) bergantung pada salah satu faktor terpenting yaitu relasi satu sama lain, dan saling mengertinya antara konselor dan klien. Hal itu lebih mudah dicapai apabila terdapat kesamaan budaya diantara mereka.

Sebagai tenaga profesional, konselor dituntut untuk lebih mewaspadaai terjadinya miskonsepsi tentang budaya klien yang akan berpengaruh pada pelaksanaan konseling yang diselenggarakan. Ridley (2005 dalam Gladding, 2012) menegaskan setiap kendala yang muncul dalam proses konseling yang mengandung multikultural isu harus diwaspadai dan dikenali, dimengerti dan diselesaikan dengan penuh empati jika konselor ingin bekerja efektif dengan klien yang berbeda dengan mereka.

Melakukan konseling dan berhadapan dengan nilai budaya sesungguhnya masih terdapat perbedaan para ahli konseling, yaitu *etic perspektif* dimana para ahli berpendapat



kualitas universal dalam konseling dapat digeneralisasikan pada semua kebudayaan. Disisi lain ada pendekatan *emic perspective* yaitu pandangan ahli bahwa pendekatan konseling haruslah didisain secara spesifik untuk masing-masing budaya (dalam Gladding, 2012:100). Kenyataannya unsur budaya yang ada pada diri klien dan terjadi dalam proses konseling sangat sensitif dan perlu diwaspadai adanya kekeliruan konsep konselor dalam memahaminya. Berikut diuraikan beberapa miskonsepsi nilai budaya dalam konseling :

### 1. *Culturally encapsulated*

Kekuatan nilai-nilai kebudayaan sendiri, pada umumnya, tidak disadari satu anggota masyarakat seperti seorang klien, tetapi kekuatan dan pengaruhnya sangat dominan, bukan saja terhadap tingkah laku atau perangai individu anggota masyarakat bersangkutan, tetapi juga terhadap pandangan hidup anggota masyarakat itu terhadap budaya lain. Menurut Zais (1976) hal ini disebut *unconscious culturally induced bias*. Taba (1962:52) menyebutnya *ethnocentricity* atau *culturally boundness* dan Royce menamakan *encapsulation*, yaitu kondisi umum manusia yang yakin tentang kebenaran persepsinya atas suatu realita, pada hal, oleh karena beberapa keterbatasan, dia hanya memiliki gambaran yang tidak benar, tidak lengkap atau tidak akurat tentang realita yang sebenarnya (Zais,1976:219).

Maka kata enkapsulasi dapat dipahami seperti pepatah mengatakan ibarat”katak dibawah tempurung”. Katak yang setiap hari hanya berada dibawah tempurung sudah melihat bahwa dunia itu luas seluas tempurung yang ditempatinya. Padahal diluar sana ketika tempurungnya dibuka, dan dia mengenalnya lebih jauh maka kehidupannya tidak semata benar menurut persepsinya selama ini. Jadi jika kita lihat perumpaan ini pada suatu masyarakat, maka mereka merasa benar dengan kebudayaannya sendiri, tidak melihat bahwa budaya orang lain lebih baik, atau bahkan

menganggap remeh dan tidak mau belajar dari kelebihan yang dimiliki oleh masyarakat lain yang lebih maju. Itulah yang dimaksud dengan enkapsulasi.

Faktor penyebab terjadinya encapsulated ini menurut Zais (1976:219-29) adalah:

a. Keterbatasan Fisiologis Manusia

Moh Ansyar (2014) menguraikan secara genetika dan fisiologis, manusia dibatasi kemampuan untuk melihat dunia sekelilingnya. Umpama, manusia hanya mampu mendengar suara antara 20-20.000 saikel per detik; di luar skala ini manusia tidak mendengar apa-apa. Kemampuan melihat hanya 1/70 dari keseluruhan panjang gelombang cahaya. Sedangkan kemampuan cium dan mencicip manusia sangat jelek. Selain itu, kemampuan manusia membedakan kadar penciuman (*smells*), pencicipan (*tastes*) sangat lemah, dan kemampuan perabaan (*tactual sense*), menurut Royse, tercatat sebagai salah satu kelemahan manusia (Zais, 1976:219). Oleh karena itu, manusia memandang dunia ini melalui seperangkat indera fisiologisnya yang tidak teapt walaupun diyakini manusia sangat akurat, sehingga apa-apa yang dilihat, dirasa, dicicipi dan diraba manusia sebenarnya bukanlah suatu kebenaran, hanya benar menurut pandangan manusia saja. Faktor inilah yang menyebabkan kapsulasi fisiologis manusia. Dalam analisis tentang keterbatasan fisiologis ini, kita dapat pahami bahwa hal yang kita pahami dan tingkahlaku, pola pikir kita terhadap sesuatu sebatas kebiasaan dan apa yang kita lihat, dengar, dan rasakan. Kecenderungan kita sudah merasa puas dan hebat, padahal diluar sana ada yang kita tidak ketahui lebih baik dari apa yang sudah kita perbuat.

b. Keterbatasan Psikologis

Banyak sekali fakta psikologis yang menimbulkan kapsulasi psikologis. Beberapa hal yang sangat penting (dalam Zais, 1976: 220) adalah:

- 1) Kemampuan manusia untuk belajar dan berpikir sangat terbatas. Umpamanya, seperti yang dikemukakan Royce (dalam Zais, 1976 hal 220), daya ingat manusia sangat terbatas sehingga lupa sangat cepat dari pada mengingat. Sebagian besar orang tidak dapat mengulang 10 angka yang telah didiktekan kepada mereka.
- 2) Kemampuan manusia mengkonsepsikan ide-ide yang abstrak dan mengaitkan ide-ide tersebut sangat terbatas, seperti banyaknya orang yang lemah memahami konsep-konsep abstrak seperti terdapat dalam mata pelajaran matematika, dan kesulitan banyak orang untuk memahami metafor yang terdapat dalam karya-karya susastera.
- 3) Banyak orang yang berpikir irasional, walau berpikir rasional merupakan “merek”nya manusia saja, dan tidak dimiliki oleh makhluk lain.

Pada proses konseling Gilber Wern (1962) dalam Gladding (2012:101) menjelaskan, *culturally encapsulated counselor* dimaknai sebagai orang yang tidak menghormati perbedaan budaya dan bekerja dibawah asumsi yang salah bahwa teori dan teknik bisa dipalikasikan secara sama pada semua orang. Konselor semacam ini tidak sensitif terhadap pengalaman aktual klien dari latar belakang budaya, ras, dan etnik yang berbeda-beda dan oleh karena itu mereka bisa mendiskriminasikan sejumlah orang dengan memperlakukan semua klien sama.

## 2. *Overculturalizing*

Overculturalizing yaitu salah menanggapi reaksi masyarakat terhadap kemiskinan dan diskriminasi sebagai pola kultural (Smith dan Vasques, dalam Gladding, 2012:102). Konselor semacam ini tidak bisa memisahkan perbedaan yang muncul karena perbedaan latar belakang budaya dengan perbedaan yang disebabkan oleh kemiskinan atau status tertekan. Kasus imigran, penduduk minoritas, penggunaan bahasa ibu dari klien yang tidak dipahami konselor, menjadi contoh-contoh *overculturalizing* ini.

Konselor yang berasal dari budaya minoritas dapat terjebak dengan perasaan dendam "korban sejarah" baik sadar maupun tidak sadar terhadap budaya mayoritas yang dimiliki klien. Sebaliknya konselor yang berasal dari budaya mayoritas mungkin membawa sikap superior dan merasa lebih istimewa.

## 3. *Rasisme*

Rasisme merupakan prasangka yang ditunjukkan secara gamblang akibat mengenali atau mempersepsi perbedaan latar belakang fisik maupun psikologis suatu kelompok (Gladding, 2012:102). Rasisme memandang rendah semua yang berpartisipasi dalam kelompok tersebut.

Bentuk perilaku konselor yang mengandung rasisme adalah ketidakpedulian atau ketakutan pada satu kelompok klien dengan latar belakang tertentu. Misalnya suku Batak yang terkenal keras diabaikan atau dianggap pantas mendapatkan masalah karena perilakunya yang kasar, dalam konsep seorang konselor yang berasal dari suku Jawa.

## 4. *Akulturas*

Akulturas adalah suatu proses dimana sekelompok masyarakat meninggalkan cara yang lama dan mengadopsi cara baru (Romero, 1989 dalam Gladding 2012). Artinya

klien yang sedang mengalami akulturasi adalah mengadopsi cara baru dalam kehidupannya, dimana ini tidaklah pekerjaan yang mudah. Seperti klien yang pindah keyakinan atau agama, maka ia akan mengalami kesulitan-kesulitan diawal seperti benturan budaya lama, penolakan dari orang-orang disekitarnya, stress psikologis, rasa bersalah, apatis, depresi, rasa marah, percaya diri yang rendah.

Konselor yang menangani klien yang sedang mengalami akulturasi ini sangat penting mengetahui sejauhmana keadaan kliennya. Weinrach & Thomas (dalam Gladding, 2012) menegaskan konselor perlu memahami posisi klien dalam proses akulturasi yang berkesinambungan agar dapat memberikan pelayanan yang tepat. Konselor yang tidak melakukan hal ini akan mengalami miskonsepsi tentang budaya klien.

### **C. Upaya Mengatasi Miskonsepsi Nilai Budaya Dalam Konseling Individual**

Konselor yang waspada akan terjadinya miskonsepsi nilai budaya klien perlu memiliki keyakinan bahwa teori-teori, dan teknik konseling tidak bisa digeneralisasi untuk semua klien dari budaya yang berbeda. Pederson (1987 dalam Gladding, 2012:103) menegaskan konselor perlu mencermati fakta dan realita diri klien sedalam-dalamnya agar tidak terjadi bias dan kegagalan dalam relasi konselor-klien saat proses konseling berlangsung. Oleh sebab itu konselor dituntut memiliki sensitifitas pada isu budaya diri klien meliputi : (a) pengetahuan akan cara pandang klien yang berbeda budaya, (b) kepekaan terhadap cara pandang pribadi seseorang dan bagaimana ia merupakan produk dari pengkondisian budaya dan (c) keahlian yang diperlukan untuk bekerja dengan klien yang berbeda budaya.

Beberapa model mengenali budaya klien guna mengantisipasi terjadinya miskonsepsi nilai budaya dalam konseling diungkapkan para ahli. Pederson (1987 dalam

Gladding, 2012:103) mengembangkan model segitiga untuk membantu konselor mencapai pengertian yang lebih mendalam terhadap budaya secara umum dari penjelasannya diatas. Empat area dari model segitiga ini adalah (a) konselor harus memandang masalah dari perspektif budaya klien, (b) mengantisipasi perlawanan klien yang berbeda budaya, (c) mereduksi sikap melawan dengan cara mempelajari respons perlawanan pribadi, dan (d) mempelajari kemampuan untuk memulihkan untuk keluar dari kesulitan ketika mengkonselingi orang yang berbeda budaya.

Model lain yang menyesuaikan dengan perkembangan budaya global diantaranya model McFadden. Model ini memiliki keunggulan untuk membantu konselor melampaui batasan budaya dan mengatasi adanya bias teori-teori konseling yang terbatas secara budaya. Gladding (2012:105) menjelaskan model McFadden adalah perspektif lintas budaya yang berfokus pada tiga dimensi utama yang harus dikuasai oleh konselor yaitu :

1. Kultural-historikal, yakni konselor harus menguasai pengetahuan akan budaya klien.
2. Psikososial, yakni konselor harus memahami etnik, ras, performa, percakapan, tingkah laku kelompok sosial dari klien agar bisa memiliki komunikasi yang bermakna
3. Saintifik-ideologi, yakni konselor harus menggunakan pendekatan konseling yang tepat untuk menghadapi masalah yang terkait dengan lingkungan regional, nasional dan internasional.

Tantangan globalisasi dimana tidak ada sekat dan pembatas terjadinya akulturasi, adaptasi dan perbauran budaya membuat konselor harus mampu menerapkan model McFadden ini. Untuk itu kurikulum bagi calon konselor perlu mengakomodir dipelajarinya ketiga aspek ini sehingga menjadi bekal bagi konselor dalam melaksanakan konseling lintas budaya.

## **BAB VII**

### **PENANGANAN KONFLIK DIRI KLIEN DALAM KONSELING**

Konflik merupakan kata yang menunjukkan adanya pertentangan yang bisa berasal dari dalam diri dan luar diri klien. Banyak klien yang mengalami konflik diri atau dari luar dirinya yang datang pada konselor atau GBK, dimana perlu ada konsep yang positif tentang menyikapi konflik tersebut. Macam-macam konflik, penyebab dan upaya menyikapinya, menjadi isi bab ini.

Oleh sebab itu tujuan yang ingin dicapai dengan pembahasan permasalahan konflik diri dan luar diri ini, khususnya bagi mahasiswa calon guru BK atau konselor adalah; (1) Memiliki wawasan dan pengetahuan tentang hakekat konflik, jenis dan faktor penyebabnya, (2) Memahami sikap yang tepat terhadap konflik dalam perspektif Islam.

#### **A. Hakekat Konflik, Jenis dan Faktor Penyebabnya**

Manusia sebagai makhluk sosial selalu berinteraksi, dan membutuhkan orang lain untuk pemenuhan kebutuhannya. Setiadi (2015:345) menjelaskan dalam setiap kehidupan sosial tidak ada satu pun manusia yang memiliki kesamaan yang persis, baik dari unsur etnis, kepentingan, kemauan, kehendak, tujuan dan sebagainya. Perbedaan ini akan memicu terjadinya konflik dalam kehidupan manusia khususnya klien.

Setiadi (2015:347) menjelaskan secara etimologis kata konflik berasal dari bahasa latin "con" yang berarti bersama dan "fligere" yang berarti benturan atau tabrakan. Dengan kata lain konflik diartikan sebagai benturan kepentingan, keinginan, pendapat dan lain-lain yang paling tidak melibatkan dua pihak.

Di dalam *International Encyclopaedia of The Social Science* Vol 3 (hal 236-241 dalam Setiadi 2015:348) diuraikan pengertian konflik secara antropologi yaitu ditimbulkan dari persaingan

antara paling tidak dua pihak. Masing-masing pihak dapat berupa perorangan, keluarga, kelompok kekerabatan, satu komunitas, satu pemeluk agama, satu suku bangsa. Lebih konkrit konflik diartikan sebagai perselisihan yang terjadi antara dua atau lebih kekuatan baik secara individu atau kelompok dimana setiap pihak ingin lebih unggul dan menjatuhkan/menyingkirkan/mengalahkan/menyisihkan pihak lain.

Dengan demikian konflik yang tak berujung dapat memicu terjadinya perang dan kekerasan. Namun konflik bukan berarti perang. Sementara istilah kekerasan (violence) bermakna serangan atau penyalahgunaan fisik terhadap seseorang, atau perbuatan mencederai pihak lain, merusak fisik pada benda milik orang lain dengan kasar, keras, kejam dan ganas. Setiadi (2015:359) menjelaskan bahwa konflik tidak selamanya berwujud kekerasan, namun tidak ada kekerasan tanpa diawali dengan konflik.

Pada kenyataannya menurut Setiadi (2015) konflik merupakan gejala sosial yang senantiasa ada dalam setiap ruang, waktu, dimana saja dan kapan saja dalam kehidupan manusia. Apalagi di daerah yang beragam sosiokultural masyarakatnya seperti Indonesia. Setiadi (2015:348) menegaskan keragaman sosiokultural di dalam suatu bangsa memiliki intensitas konflik yang lebih tinggi dibandingkan dengan negara-negara struktur sosialnya bersifat homogen.

Selanjutnya macam-macam konflik menurut Setiadi (2015:389) dapat dikelompokkan:

1. Konflik gender; perbedaan peran berdasarkan jenis kelamin laki-laki dan perempuan
2. Konflik rasial, seperti warna kulit
3. Konflik antar umat beragama
4. Konflik antar golongan
5. Konflik kepentingan
6. Konflik antarpribadi
7. Konflik antar kelas sosial



8. Konflik antar negara

Setiadi (2015:361) menguraikan para sosiolog berpendapat akar dari timbulnya konflik adalah perbedaan antar individu, benturan antar kepentingan baik secara ekonomi ataupun politik, perubahan sosial, perbedaan budaya.

## **B. Sikap Konselor yang Tepat Terhadap Konflik yang dialami Klien dan Perspektif Islam**

Dari uraian di atas, tak dapat dipungkiri lagi bahwa kehidupan manusia tidak terlepas dari konflik. Setiadi (2015:384) menyatakan gejala konflik sebagai satu gejala sosial yang permanen, sebab itu ia akan senantiasa hadir di setiap kehidupan kelompok manusia. Kenyataan ini harus diterima secara bijaksana baik oleh klien dan terutama harus dipahami oleh konselor.

Sebenarnya, baik dan buruknya kejadian yang berisi suatu konflik tergantung bagaimana mengelolanya. Hal ini sebagaimana ajaran Islam yang disampaikan Nabi Muhammad SAW bahwa "perselisihan di antara umatku adalah rahmat." Setiadi (2015:384) menjelaskan artinya bahwa fenomena konflik tidak selalu berdampak buruk. Konflik dapat diambil sisi positifnya sehingga bersifat konstruktif.

Lebih lanjut Setiadi (2015) menerangkan Nabi Muhammad SAW bahkan mengajarkan umat Islam untuk *fastabihul khairat* yang arti harfiahnya adalah bersaing untuk kebaikan. Persaingan positif yang terjadi dalam kehidupan seperti mendapatkan prestasi akademik pada diri mahasiswa, persaingan usaha/bisnis yang memotivasi pelayanan terbaik bagi konsumen merupakan contoh dampak positif adanya konflik.

Berdasarkan uraian di atas, dapat dilihat oleh konselor dalam proses konseling "bingkai konseptual" tentang konflik yang dialami klien dikehidupannya yang dibahas dalam proses konseling, yaitu :

1. Konflik bukan dilenyapkan tetapi dikelola dengan baik, sehingga mendatangkan efek konstruktif dalam kehidupan klien
2. Konflik yang dibiarkan terjadi berkepanjangan, bahkan ditekan, akan menimbulkan ledakan dan bersifat destruktif.
3. Pengelolaan konflik pada diri klien bersifat unik dan sesuai dengan karakteristik pribadinya, namun tetap menjunjung norma yang berlaku.
4. Konflik dapat diselesaikan dengan mencari akar permasalahannya. Konselor harus optimal dalam menggali permasalahan klien sehingga klien betul-betul terbuka.
5. Fungsi preventif/pencegahan menjadi bahasan dalam tahap pengubahan tingkah laku terutama mencegah munculnya konflik baru.

## **BAB VIII**

### **CINTA DAN RUMAH TANGGA**

Kebutuhan manusia untuk mendapatkan cinta kasih sayang dan kehidupan berumah tangga seringkali mengalami hambatan dan kendala yang ia ceritakan dalam proses konseling. Konsep yang benar tentang cinta dan kehidupan berumah tangga perlu dimiliki mahasiswa BK calon GBK dan calon konselor, terutama dalam perspektif Islam dan kajian hasil penelitian terbaru. Konsep ini nantinya akan menjadi *frame work* dalam membahas masalah klien tersebut.

Oleh sebab itu tujuan yang ingin dicapai dengan pembahasan cinta dan rumah tangga ini, khususnya bagi mahasiswa calon guru BK atau konselor adalah: (1) Memiliki wawasan dan pemahaman tentang persoalan cinta dan kehidupan berumah tangga bagi individu (2) Mampu menganalisis permasalahan cinta dan rumah tangga yang dibicarakan klien sesuai dengan kondisi kekinian dan perspektif Islam dalam pelaksanaan konseling individual.

#### **A. Permasalahan Cinta dan Kehidupan Berumah Tangga Bagi Individu**

Makna cinta secara general bisa dimaksudkan dengan perasaan rela berkorban untuk seseorang yang dikasihi dan disayangi. Perasaan mendalam ini dapat terjadi antara seorang ibu pada anaknya, guru pada muridnya, kakak pada adiknya, dan individu pada satu benda.

Allah dalam Al Qur'an surat Arrum ayat 21 menjelaskan tentang perasaan cinta yang artinya; dan diantara tanda-tanda kekuasaan-Nya adalah Dia menciptakan untukmu istri-istri dari jenismu sendiri, supaya kamu cenderung dan merasa tentram kepadanya, dan dijadikan-Nya diantara kamu rasa kasih sayang. Sesungguhnyaapada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda bagi kaum yang berfikir.

Dalam ayat ini digambarkan bahwa Allah SWT menciptakan rasa cinta dan kasih sayang diantara anak manusia secara berpasang-pasangan sebagai salah satu rahmat dan anugrah dari-Nya yang tidak selalu diberikan oleh-Nya kepada makhluk lain selain manusia. Kecondongan seorang anak manusia pada pasangannya pada dasarnya lebih banyak didasari oleh kemurahan dari Allah daripada sekedar oleh dorongan hasrat nafsu seksual seperti yang dialami oleh sebagian besar jenis hewan. Dan ketika anugrah Allah ini sampai ke diri sepasang anak manusia maka ia tidak akan merasa senang dan tentram sampai mereka disatukan oleh sebuah ikatan yang kuat berupa tali perkawinan.

Bicara tentang hakekat cinta yang diberikan Allah SWT pada diri setiap manusia, berkaitan dengan fase-fase kehidupannya, terutama memasuki kehidupan rumah tangga. Untuk itu apa sesungguhnya cinta itu, harus dipahami konselor ketika berhadapan dengan klien yang mengalami masalah tentang cinta dan rumah tangga.

Sternberg (1986) menyatakan dalam teorinya tentang segitiga cinta (*The Triangular Theory of Love*) bahwa cinta itu terdiri dari tiga komponen utama yaitu *intimacy*, *passion*, dan *commitment*. Hubungan percintaan akan dikatakan ideal apabila memiliki ketiga komponen tersebut.

*Intimacy* merupakan elemen emosional dimana meliputi perasaan yang menunjukkan adanya kedekatan, keterikatan, dan keterkaitan secara emosional kepada pasangan. *Intimacy* juga meliputi perasaan yang menimbulkan kehangatan dalam hubungan percintaan.

*Passion* atau gairah, merupakan elemen motivasional dipenuhi hasrat romantisme, ketertarikan secara fisik dan seksual dalam hubungan cinta. Hatfield dan Walster (1981 dalam Sternberg 1997), menyatakan bahwa di dalam *passion* terdapat kerinduan untuk bertemu dengan pasangannya.

Adapun *commitment* merupakan elemen kognitif dari cinta, mengacu pada keputusan seseorang untuk mencintai

pasangannya (jangka pendek) dan menjaga serta mempertahankan cintanya (jangka panjang). Komitmen sangat berperan penting dalam penentuan apakah hubungan suami istri berlangsung lama atau tidak (Acker dan Davis, 1992). Hasil penelitian menyatakan bahwa ketiga komponen cinta yaitu *intimacy*, *passion*, *commitment* memiliki hubungan yang signifikan dengan lamanya relationship antara pasangan (Lemieux, R., & Hale, J. L., 2002). Selanjutnya, hasil penelitian lain menemukan bahwa *commitment* dan *passion* mempunyai hubungan yang signifikan dengan lamanya hubungan (Ahmetoglu, Swami & Chamorro-Premuzic, 2009).

Analisis dari teori tentang cinta ini menarik dibahas dengan klien yang belum terikat dalam satu ikatan pernikahan tetapi baru membina hubungan khusus dengan lawan jenis. Istilah yang banyak digunakan adalah pacaran. Perasaan cinta pasangan/pacar dapat dibahas dari tiga komponen tadi.

Perasaan cinta yang dimiliki seseorang pada pasangannya menurut norma yang berlaku perlu dilegalkan dalam satu ikatan yang disebut dengan perkawinan. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia (UU RI) Nomor 1 tahun 1974 pasal 1 tentang perkawinan menyatakan bahwa perkawinan adalah ikatan lahir dan batin antara seorang pria dan wanita sebagai suami-istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa.” (Walgito, 2002 dalam Wismanto, 2004). Tujuan dari individu yang menikah adalah memiliki perkawinan yang berhasil.

Pernikahan dalam ajaran agama Islam dimaknai sebagai prosesi legalitas hubungan antara laki-laki dan perempuan menjadi pasangan suami dan istri dengan ijab dan kabul yang sah dihadapan wali serta saksi. Pernikahan bahkan disuruh oleh Rasul Shalallahu ‘Alaihi Wassalam dalam sabdanya: Wahai para pemuda, siapa di antara kalian yang mampu menikah (jima’ dan biayanya) maka nikahlah, karena ia lebih dapat membuatmu menahan pandangan dan memelihara kemaluan.

Barangsiapa tidak mampu menikah maka berpuasalah, karena hal itu baginya adalah pelemah syahwat. (HR. *Bukhari dan Muslim*).

Bahkan dalam perspektif Islam, menikah bagi seorang muslim merupakan penyempurnaan imannya. Sebagaimana sabda Rasulullah Shalallahu 'Alaihi Wassalam: Barangsiapa memberi karena Allah, menahan kerana Allah, mencintai karena Allah, membenci karena Allah, dan menikahkan karena Allah maka ia telah menyempurnakan iman. (HR. Hakim, dia berkata: Shahih sesuai dg syarat Bukhari Muslim).

Pernikahan adalah sebaik-baik cara untuk mendapatkan anak, memperbanyak keturunan dengan nasab yang terjaga, sebagaimana yang Allah pilihkan untuk para kekasih-Nya. Hal ini sebagaimana firman Allah SWT dalam surat Ar Ra'd ayat 38) yang artinya; Dan sesungguhnya Kami telah mengutus beberapa Rasul sebelum Kamu dan Kami memberikan kepada mereka isteri-isteri dan keturunan.

Konsep menikah dalam Islam, bukan hanya menikahnya dua insan, melainkan dua keluarga besar yaitu keluarga suami dan keluarga istri. Oleh sebab itu seringkali dapat terjadi munculnya konflik atau permasalahan yang mengganggu stabilitas hubungan suami dan istri dalam pernikahan. Beberapa permasalahan yang sering timbul dalam kehidupan rumah tangga, antara lain:

#### 1. Cemburu

Semua orang terkadang merasa cemburu, tapi cemburu berkepanjangan dapat menyebabkan keretakan serius dalam suatu pernikahan. Menurut Aiman Al-husain (2008:192), bahwa cemburu yang keterlaluan adalah penyakit yang merusak. Kaum laki-laki yang mengidap penyakit kejiwaan pencemburu adalah laki-laki yang paling keras dalam memukuli isterinya, bahkan terkadang sampai pada tindakan kriminal membunuh isterinya.

Berkaitan dengan masalah cemburu sangat berperan disini adalah kepercayaan. Agar suatu hubungan dapat berhasil, diperlukan adanya saling kepercayaan. Jika terjadi dari salah satu suami atau istri yang tidak jujur, harus ada yang mengambil sikap, apakah hal tersebut bisa diterima atau tidak. Jelaskan kekhawatiran dan ketakutan tersebut kepada pasangan, jangan menanamkan kepercayaan sebelum ada keyakinan bahwa hal itu tepat untuk dilakukan.

Menurut Caro Handly (2002;39) jika anda menolak untuk mempercayai seseorang yang berlaku jujur dan terbuka, maka perlu berubah. Sadarilah bahwa keraguan-keraguan adalah bagian dari masa lalu dengan situasi ataupun orang yang berbeda.

## 2. Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)

Fenomena tindakan kekerasan suami terhadap istri atau sebaliknya, merupakan suatu realitas yang memang benar-benar terjadi secara menyeluruh disemua tingkatan status sosial. Terkadang ada juga kaum isteri yang tabah menjalani semua penderitaan yang menimpanya, menyembunyikan kejadian yang dialaminya dari orang lain, menutupi aib keluarganya. Alasan lain adalah ketakutan untuk dicerai suaminya, atau alasan keberadaan anaknya.

Menurut Mulia (2007) KDRT dapat berbentuk:

- a. Penganiayaan fisik seperti pemukulan, tendangan
- b. Penganiayaan psikis seperti ancaman, hinaan, cemoohan.
- c. Penganiayaan finansial misalnya dalam bentuk penjaatanan uang belanja secara paksa dari suami
- d. Penganiayaan seksual misalya pemaksaan hhubungan seksual

M. Taufik & Juliane (2010:121) beberapa jeniss kekerasan yang kerap dialami oleh perempuan dalam lingkup rumah tangga adalah :

- a. Perkawinan di bawah umur
- b. Pelecehan seksual
- c. Pemerkosaan
- d. Pelacuran dan perdangan sesksual

Menurut Aiman Al-huasain (2008:192), ada banyak alasan suami cenderung memukuli isterinya diantaranya:

- a. Suami yang bejat dan tidak benar tindakannya, misalnya pengonsumsi obat-obatan terlarang dan minum-minuman keras.
- b. Watak atau pembawaan sifat aslinya.
- c. Kehilangan rasa percaya dirinya dan sebagai ungkapan rasa kekesalannya dilampiaskan dengan kekerasan.
- d. Suami bergantung pada istrinya, misalnya suami seorang pengangguran atau tinggal dirumah milik isterinya, kemudian terjadi adanya hasutan-hasutan, sehingga dengan cepat membakar gejala api amarahnya.
- e. Karena pengaruh kehidupan suatu lingkungan dan latar belakang tertentu, misalnya adanya kegaduhan, tempat tinggalnya yang kumuh dan padat dan melambungnya harga beras. Hal ini bisa terjadi khususnya jika isteri adalah seorang yang berwatak suka iri dan hasud.

### 3. Seks Menyimpang

Menurut Aiman Al-Husain (2008:42) hubungan seksual yang terjadi antara suami dengan isterinya dengan tidak memakai cara yang lazim biasanya dinamakan dengan tindak penyimpangan atau kalainan seksual. Tindak penyimpangan itu dapat dilihat dari cara pembangkitan erotisme (keinginan seksual) atau cara yang ditempuh suami ataupun isteri yang mengobarkan gairah seksualnya, serta dapat pula dilihat dari segi cara berhubungan seksual itu sendiri.



Bentuk penyimpangan seksual lebih banyak terjadi pada kaum laki-laki jika dibandingkan dengan perempuan. Misalnya coitus lewat anus. Akibat dari penyimpangan seksual melalui anus yang mengancam isteri yaitu terjadinya pembesaran luka pada klep saluran anus untuk buang air besar, yaitu rusaknya proses pengontrolan pada pengeluaran dan pemberhentian tinja. Hal ini dapat mengakibatkan seseorang mengeluarkan kotoran tanpa sadar. Selain itu isteri akan merasakan kesakitan karna luka pada saluran tinja dan menyebabkan radang dan pendarahan (Aiman Al-Husain: 2008: 44).

Bahaya melakukan hubungan badan melalui anus tidak hanya berdampak negatif pada isteri, tetapi juga suami, sebab bertemunya zakar dengan kotoran yang menempel saluran tinja yang dipenuhi dengan mikroba dapat menyebabkan suami terinfeksi selanjutnya. Infeksi ini akan menjalar dari batang zakar menuju kandung kemih, bahkan bisa lebih dari itu, lagi pula melakukan persetubuhan melalui anus termasuk melanggar syariat Allah dan bertentangan dengan fitrah sehat manusia. Pelarangan tersebut bersumber dari beberapa hadist Nabi (dalam Aiman Al-Husain:2008:44) dimana nabi sendiri menganggap tindak penyimpangan seperti ini sebagai perilaku homoseksual kecil.

#### 4. Perselingkuhan

Alasan pria mengkhianati isterinya adalah sama dengan alasan mengapa wanita berbuat hal yang sama, yaitu karena mereka mencari sesuatu yang tidak mereka peroleh atau tidak lagi mereka mencari sesuatu yang tidak mereka peroleh lagi di rumah (David Zhinzeco, 2008:89). Cara mengantisipasi perselingkuhan adalah penuhi kebutuhan pasangan dengan lebih banyak perhatian, pelukan, ciuman, pujian, romance (Caro Handly, 2002: 36).

## **B. Konseling Pranikah dan Pernikahan**

Pernikahan dimulai dari proses pemilihan pasangan hidup. Banyak masalah yang dialami klien terkait dengan pemilihan pasangan hidup dan dibicarakan dalam konseling pranikah.

Konsep dalam Islam yang perlu dipedomani konselor dalam konseling pranikah diantaranya adalah :

1. Kriteria pemilihan pasangan yang cocok untuk menjadi pendamping hidup. Nabi Muhammad SAW bersabda, “wanita dinikahi karena empat perkara; karena hartanya, keturunannya, kecantikannya dan agamanya. Pilihlah wanita yang taat beragama niscaya engkau beruntung.
2. Setiap calon pasangan harus memantaskan dan memperbaiki diri karena jodoh ibarat cermin, siapa kita itulah jodoh kita. Allah SWT berfirman dalam surat Annur ayat 26 yang artinya; wanita-wanita yang tidak baik untuk laki-laki yang tidak baik, dan laki-laki yang tidak baik adalah untuk wanita yang tidak baik pula. Wanita yang baik untuk lelaki yang baik dan lelaki yang baik untuk wanita yang baik.
3. Kejadian putusnya hubungan dengan calon harus disikapi positif ada hikmah dibalik kejadian itu. Allah SWT berfirman dalam surat Al Baqarah ayat 216 yang artinya:..boleh jadi kamu tidak menyenangi sesuatu, padahal ia baik bagi kamu, dan boleh jadi kamu menyukai sesuatu padahal itu tidak baik bagi kamu. Allah mengetahui sedangkan kamu tidak mengetahuinya.
4. Izin dan restu orang tua sebagai kunci kebahagiaan. Pengenalan terhadap keluarga calon perlu dilakukan. Pernikahan bukan hanya menyatukan 2 orang tetapi keluarga besar dari kedua belah pihak.

Adapun dalam proses konseling pranikah juga perlu dibahas kesiapan klien menjalani pernikahan. Kewajiban dan hak sebagai suami dan istri dibicarakan, sehingga klien siap mengambil keputusan tentang pernikahan yang akan dilakukannya.

Selanjutnya konseling pernikahan dilakukan bagi klien yang mengalami masalah setelah menikah. Uraian tentang permasalahan pernikahan sebagaimana dijelaskan di atas, dibahas dalam konseling yang dapat diformat menjadi konseling keluarga. Konselor dapat menjadi mediator yang melakukan mediasi antara pihak suami dan istri yang mengalami konflik rumah tangga. Konsep penting yang harus diperhatikan konselor adalah “Perceraian” bukan menjadi satu saran yang diberikan konselor dalam konseling pernikahan. Justru konseling pernikahan diharapkan dapat memediasi sehingga hubungan suami dan istri menjadi lebih baik dan tidak terjadi perceraian. Adapun keputusan “cerai” harus berasal dari diri klien sendiri sebagai hasil dari proses konseling, bukan atas rekomendasi konselor.

## **BAB IX**

### **LGBT DAN MASALAH SEKSUALITAS**

Kasus lesbian, gay, biseksual dan transseksual (disingkat LGBT) merupakan fenomena nyata yang terjadi di masyarakat. Masalah seksualitas lainnya seperti *frigid* (dingin), ejakulasi dini, dan penyakit kelamin perlu dikenali oleh mahasiswa BK calon GBK dan calon konselor agar mereka memiliki wawasan ketika ada klien yang datang dengan persoalan tersebut. Untuk itu jawaban bab ini berisi jawaban terhadap pertanyaan: Apa dan bagaimana konsep LGBT dan masalah seksualitas itu akan dibahas secara ilmiah dan perspektif Islam dalam bab ini.

Tujuan yang ingin dicapai dengan pembahasan tentang LGBT dan masalah seksualitas ini, khususnya bagi mahasiswa calon guru BK atau konselor adalah: (1) Memiliki wawasan tentang hakekat kasus LGBT dan jenis masalah seksual, serta faktor penyebab beserta akibatnya secara ilmiah dan perspektif Islam, (2) Bersikap yang tepat dalam menangani persoalan LGBT dan seksualitas dalam praktik konseling

#### **A. Fenomena Kasus LGBT di Indonesia dan Penanganannya dalam Konseling**

Populasi pelaku penyimpangan seksual yaitu Lesbian, Gay, Biseksual dan Transgender (LGBT) di Indonesia terus bertambah. Tercatat di tahun 2015 Indonesia adalah populasi LGBT ke 5 di dunia setelah China, India, Eropa dan Amerika (Survey CIA dalam [topikmalaysia.com](http://topikmalaysia.com)). Terdapat 3% penduduk LGBT Indonesia dari data tersebut, yang artinya dari 100 orang penduduk 3 diantaranya adalah LGBT.

LGBT saat ini lebih dari sekadar sebuah identitas, tetapi juga merupakan *campaign substance and cover* atas pelanggaran Same Sex Attraction (SSA), menurut Mira Fajri (dalam

<http://www.republika.co.id/berita/jurnalismewarga/wacana/16/02/29>).

Terbukti bahwa saat ini orang berani menyampaikan statusnya sebagai gay pada khalayak umum di tanah air ini seperti Oetomo (presiden Gay di Indonesia), Jupiter Fourtissimo merupakan seorang aktor yang membuat pernyataan langsung diacara Silet 24 Januari 2008. Data survey YKPN dalam (Laily Andini, 2013) bahwa ada sekitar 4000-5000 penyuka sesama jenis di Jakarta. Di Jawa Timur kaum homo menurut Gaya Nusantara diperkirakan mencapai 260.000 dari 6 Juta penduduk. Kaum gay yang tercatat sebagai member komunitas gay di Indonesia terdapat 76.288. Sedangkan Oetomo memperkirakan secara Nasional, terdapat 1% jumlah komunitas Homoseksual di Indonesia.

Perilaku LGBT dimulai dari suatu preferensi homoseksual, kemudian mewujud dalam perbuatan homoseksual, lalu pada akhirnya melekat dalam bentuk perjuangan untuk diterima sebagai perilaku normal dalam membentuk institusi keluarga. Jelas hal ini bertentangan dengan Pasal 1 UU Nomor 1 Tahun 1974 yang mengatur bahwa perilaku seksual adalah hal yang diatur secara ketat dalam suatu ikatan perkawinan, yang dirumuskan sebagai: “Ikatan lahir batin antara seorang pria dan wanita dengan tujuan membentuk rumah tangga yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa“. Perilaku seksual hanya diwadahi dalam perkawinan yang merupakan “ikatan lahir batin” yang bertujuan membentuk keluarga berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa. Ia bukan sekedar catatan sipil, tapi lebih dari itu adalah pengurusan sebuah tatanan kemasyarakatan.

Permasalahan melebar menurut Mira Fajri (dalam <http://www.republika.co.id/berita/jurnalismewarga/wacana/16/02/29>), ketika perilaku LGBT dihubungkan dengan hak-hak lainnya sebagaimana rilis yang dimuat Komnas HAM pada 4 Februari 2016. Dalam

penyusunan RKUHP oleh DPR dan pemerintah, ditengarai pemindaan LGBT masih diperdebatkan. Pasalnya ada yang menganggap LGBT adalah hak asasi manusia yang harus diakui. Ada pula yang memandang bahwa perilaku LGBT baru dikategorikan tindak pidana jika dilakukan pada anak-anak sebagai korban.

Padahal perilaku homoseksual beresiko tinggi untuk penyebaran penyakit mematikan HIV/AIDS dan kanker anus. Data menunjukkan kaum gay dan biseksual beresiko 50 kali tertular HIV/AID ([nationalgeographic.co.id](http://nationalgeographic.co.id), 25/2/2016). Di Indonesia, menurut pengamat kebijakan publik kesehatan Masyarakat jumlah orang dengan HIV AIDS di kalangan homoseksual meroket 225% pada tahun 2016.

Charles W Socarides (dalam Meilanny Budiarti Santoso, 2016) menjelaskan bahwa LGBT muncul pada diri seseorang bukan karena faktor genetik. Perubahan pada diri seseorang menjadikannya gay atau lesbian adalah karena wawasan, pikiran sadar dan pengalaman hidup. Faktor psikososial lebih dominan. Orang yang mengalami kelainan genetik tidak menjadikannya berorientasi seksual sesama jenis seperti yang diklaim kebanyakan kaum LGBT. LGBT sesungguhnya dapat ditangani dengan terapi untuk merubah pola pikir pelakunya. Persoalannya banyak kaum LGBT yang saat ini tidak menganggap dirinya mengalami kelainan atau mengidap penyakit mental. LGBT bahkan dijadikan sebagai gaya hidup alternatif masyarakat.

Gladding (2012:136) menjelaskan masalah yang dialami kaum LGBT biasanya dimulai sejak kanak-kanak. Anak yang mempunyai orientasi gaya hidup seperti itu sering mengalami masalah identitas selama bertumbuh dewasa. Mereka sering merasa dikucilkan dan diberi stigma, bermasalah dalam hubungan dengan kawan sebaya, bahkan dilecehkan.

Kenyataannya proses konseling dengan kaum LGBT tidak selalu berjalan lancar dan menyenangkan. Rudolp (1989 dalam Gladding, 2012:136) menegaskan melayani kebutuhan

psikoterapi dengan homoseksual dan biseksual sejak dahulu menimbulkan ketidakpuasaan dan ketidaknyamanan untuk banyak klien dan konselor. Disatu sisi konseling harus dimaknai sebagai upaya mengubah orientasi seksual klien agar kembali pada kondisi sebenarnya, namun disisi lain keinginan klien untuk menjalani kehidupan dan komunitas yang sudah terbentuk melabeli LGBT sebagai satu kondisi bukan penyakit.

Oleh sebab itu konselor yang berhadapan dengan klien LGBT harus memiliki *frame work* bahwa:

1. LGBT adalah kondisi yang bukan faktor genetik, tetapi lebih pada psikososial dan dapat disembuhkan
2. LGBT sesungguhnya dapat ditangani dengan terapi untuk merubah pola pikir pelakunya

## **B. Masalah Seksualitas**

Pembicaraan tentang masalah seksualitas terkait dengan sistem reproduksi laki-laki dan perempuan. Menurut Barbara Nash & Patricia Gilbert (.2006:5) Sistem reproduksi laki-laki dan perempuan terdiri dari beberapa organ, kelenjer dan struktur pendukung yang memproduksi, melepaskan dan mengangkut sel reproduksi (gamet) bersama hormon-hormon yang mengatur proses-proses tersebut dan bertanggungjawab untuk kedewasaan seksualitas masa pubertas.

Pada diri laki-laki terdapat sel sperma untuk reproduksi atau keberlangsungan keturunan manusia. Menurut Barbara Nash & Patricia Gilbert (.2006:16) satu sperma berukuran kecil (4 mikrometer dan sekumpulan beberapa juta sperma akan menyamai kepala sebuah peniti), saat ejakulasi pada vagina, setiap sperma bersama dengan berjuta-juta sperma yang lain berenang, dan bergerak ke atas, dengan rata-rata 1,5 sampai 3 mm permenit, keatas menuju alat reproduksi perempuan. Sperma itu bisa bertahan untuk bergerak selama beberapa hari akan tetapi cepat kehilangan kemampuannya untuk menembus sebuah sel telur. Oleh karena itu hanya

sperma yang paling sehat saja yang mampu melakukan pembuahan.

Sementara pada perempuan terdapat ovarium yang menghasilkan sel telur atau ovum untuk dibuahi sperma. Persenggamaan, persetubuhan, atau hubungan seksual antara laki-laki dan perempuan memungkinkan gamet (sel telur perempuan dan sperma laki-laki) bertemu, bergabung dan membentuk sebuah kehidupan baru dalam bentuk embrio. Embrio ini terdiri dari kombinasi unik gen-gen yang sama-sama berasal dari kedua orang tuanya, yang memungkinkan informasi genetik dilanjutkan dari satu generasi ke generasi berikutnya.

Survei banyak membeberkan (dalam Barbara Nash & Patricia Gilbert (2006) bahwa pada tingkat personal orang mungkin kurang mengetahui tentang aspek penting dari kesehatan mereka sendiri. Sayangnya pengabaian sering mengakibatkan penderitaan fisik dan emosional dengan kehamilan yang tidak diinginkan, infeksi-infeksi dan penyakit-penyakit yang merusak dan yang berpotensi mengancam hidup.

Fenomenanya sekarang ini orang telah mudah memperoleh informasi dan kontrasepsi untuk melakukan seks tanpa beresiko kehamilan. Namun perlu dipahami bahwa perilaku seks bebas tetap berisiko pada kesehatan fisik dan psikis manusia sebagai makhluk yang beradab dan beragama.

Salah satu masalah yang banyak dibawa klien dalam proses konseling adalah hamil diluar nikah. Barbara Nash & Patricia Gilbert (2006) menguraikan Klien remaja seringkali mengalami kasus hamil di luar nikah. Kejadian kehamilan diluar pernikahan ini tidak diinginkan, memalukan dan hina bahkan dalam pandangan ajaran Islam merupakan dosa besar dari akibat berbuat zina. Hal itu menyebabkan munculnya berbagai masalah bagi keluarga dan diri remaja itu sendiri. Persoalannya si remaja sering tidak siap secara fisik dan psikologis untuk menjadi orang tua dari bayi yang sedang



dikandungnya. Masa depan siremaja menjadi hancur dan ia datang kepada konselor untuk mengadukan permasalahannya. Terkait dengan itu, beberapa hal yang perlu dipegang oleh konselor untuk ditindaklanjuti dalam proses konseling yang akan dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Hal yang perlu digali dari klien  
Konselor perlu menggali hal-hal berikut dari klien:
  - a. Mengapa klien mengalami kehamilan yang tidak diinginkan
  - b. Menggali kebutuhan dan perasaan klien
  - c. Menggali nilai-nilai dan rencana masa depan klien
  - d. Memberikan informasi tentang hal yang dapat dilakukan klien selanjutnya
2. Tujuan konseling :
  - a. Menyadarkan dan menerima perasaan menyesal serta menimbulkan rasa bertanggungjawab pada diri klien atas perbuatan yang dilakukannya pada orang tua, dan masyarakat
  - b. Mencegah terjadinya abortus dan tindakan kriminal
  - c. Memberikan informasi yang dibutuhkan klien untuk menyiapkan diri menghadapi lingkungan, dan menjadi calon ibu dari anak yang dikandungnya.

Mengalih-tangankan penanganan kasus kondisi fisik dan kehamilan klien pada bidan atau dokter kandungan.

## **BAB X**

### **BAHAYA NARKOBA DAN ZAT ADIKTIF**

Bab ini membicarakan masalah yang meresahkan di masyarakat yang sudah menjangkiti semua lini dan usia yaitu narkoba dan zat adiktif. Mahasiswa BK calon GBK dan calon Konselor perlu mengenali dan memiliki wawasan tentang apa jenis, serta bagaimana bahaya narkoba dan zat adiktif tersebut. Sehingga ketika mendapati klien yang membicarakan masalah ini, mereka dapat dilayani dengan wawasan yang mumpuni dari uraian yang ada dalam bab ini.

Oleh sebab itu tujuan yang ingin dicapai dengan pembahasan tentang bahaya narkoba dan zat adiktif ini, khususnya bagi mahasiswa calon guru BK atau konselor adalah; (1) Memiliki wawasan dan pengetahuan tentang hakekat, jenis dan bahaya narkoba beserta zat adiktif bagi kehidupan manusia, (2) Memiliki sikap yang tepat dan benar dalam menangani masalah klien yang terkait dengan penggunaan narkoba dan zat adiktif dalam perspektif Islam.

#### **A. Hakekat, Jenis dan Bahaya Narkoba Beserta Zat Adiktif Bagi Kehidupan Manusia**

UU RI NO. 35 Th 2009 menegaskan narkotika adalah zat atau obat yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman, baik sintetis maupun semi sintetis yang dapat menimbulkan pengaruh-pengaruh tertentu bagi mereka yang menggunakan dengan memasukkannya ke dalam tubuh manusia. Pengaruh tersebut dapat berupa pembiusan, hilangnya rasa sakit, rangsangan semangat, halusinasi atau timbulnya khayalan-khayalan yang menyebabkan efek ketergantungan bagi pemakainya.

Narkotika dibedakan dalam 3 golongan, yaitu Narkotika Golongan I, adalah Narkotika yang paling berbahaya daya

adiktifnya sangat tinggi dibolehkan hanya untuk kepentingan penelitian dan Ilmu pengetahuan seperti opium, koka, ganja, heroin, dan lain-lain. Narkotika Golongan II yaitu yang memiliki daya adiktif yang tinggi tetapi bermanfaat untuk pengobatan dan penelitian seperti morfin, fentanil, dan lain-lain. Narkotika Golongan III yaitu yang memiliki daya adiksi ringan seperti kodeina, dionina, dan lain-lain, (dalam Chandra Dewi.P, <http://staff.uny.ac.id/sites/>).

Dampak penyalahgunaan narkoba menurut Dadang hawari dalam Zubaedi (2007:88) adalah prestasi belajar merosot (96%), hubungan keluarga memburuk (93%), perkelahian dan tindak kekerasan (65,3%) dan kecelakaan lalu lintas (58,7%). Penyalahgunaan narkoba disimpulkan menjadi pemicu angka kriminalitas di semua wilayah, karena pelaku kejahatan faktanya adalah pengkonsumsi narkoba.

Lebih jauh pengkonsumsi narkoba mengalami kerusakan baik fisik dan psikis yaitu ; (1) *Depresan/Depresi* para pemakai akan tertidur atau tidak sadarkan diri, (2) *Halusinogen* akan berhalusinasi (melihat sesuatu yang sebenarnya tidak ada), (3) *Stimulan (rangsangan)*. mempercepat kerja organ tubuh seperti jantung dan otak sehingga pemakai merasa lebih bertenaga untuk sementara waktu. Karena organ tubuh terus dipaksa bekerja di luar batas normal, lama-lama saraf-sarafnya akan rusak dan bisa mengakibatkan kematian, (4) *Adiktif (Kecanduan)*, merasa ketagihan sehingga akan melakukan berbagai cara agar terus bisa mengonsumsinya. Jika pemakai tidak bisa mendapatkannya, tubuhnya akan ada pada kondisi kritis (sakaw). Kondisi ini berakibat fatal pada kematian. Berdasarkan uji publikasi UI-BNN tahun 2017, angka kematian per tahun akibat narkoba sebesar 11 ribu atau 30 orang per hari.

## **B. Menyakapi Masalah Klien Penggunaan Narkoba dan Zat Adiktif dalam Konseling**

Penggunaan narkoba dan zat adiktif pada klien menurut Robinson (1995 dalam Gladding 2012:537) adalah mekanisme untuk meredakan stres, mengurangi ansietas dan mengisi waktu. Juga ada upaya dari pada remaja untuk melindungi dan menstabilkan kondisi keluarga yang brokenhome, dengan mengalihkan perhatian dari semuadinamika yang ada dan terus melakukan perilaku yang dapat menimbulkan masalah (Stanton & Todd, 1982, dalam Gladding, 2012). Faktor lain juga bisa disebabkan upaya individu menimbulkan *pseudoindividualisasi* (perasaan diri yang palsu), seperti ketidakmampuan seksual. Sesungguhnya banyak faktor yang menyebabkan penyalahgunaan substantif ini terjadi pada diri klien.

Proses konseling dapat dilakukan pada keluarga korban penyalahgunaan narkoba dan zat adiktif. Keluarga menjadi ujungtombak utama penyembuhan korban. Doweiko (1990 dalam Gladding, 2012:537) menegaskan sulit membantu peka korban penyalahgunaan narkoba dan zat adiktif tanpa melibatkan setiap orang yang ada dalam keluarga. Apalagi temuan penelitian justru menunjukkan adanya korelasi antara orang tua pemakai dengan anaknya. Buelow (1995 dalam Gladding, 2012: 537) menyatakan siswa yang berasal dari keluarga dimana orang tuanya memiliki ketergantuan kimia atau merupakan penyalahgunaan alkohol atau obat lain berisiko mengalami beragam masalah perkembangan. Sewaktu anak besar, mereka tampak lebih rentan terkena efek buruk dari dibesarkan dalam keluarga semacam ini.

Proses konseling bagi korban penyalahgunaan narkoba dapat dilakukan setelah penyembuhan dirumah sakit rehabilitasi. Fungsi konseling lebih pada pencegahan. Adapun penyembuhan korban penyalahgunaan narkoba dan zat adiktif ditangani oleh profesi kedokteran. Artinya, kawasan ini bukan menjadi kewenangan konselor. Untuk itu konselor dapat

bekerjasama dengan profesi lain seperti dokter, dinas sosial, pihak kepolisian, dan psikiater.

Pembahasan ini diharapkan dapat menjadi framework bagi konselor untuk mengupas kondisi klien yang telah direhabilitasi agar tidak lagi melakukan hal negatif pada dirinya. Beberapa teknik konseling yang dapat digunakan :

1. Memotivasi keinginan klien untuk berubah. Miller & Rollnick (2002, dalam Gladding 2012:534) menjelaskan konselor dapat melakukan wawancara motivasional berupa konseling singkat yang berpusat pada individu, melibatkan kemampuan konselor mendengarkan secara aktif, refleksi, dan pbingkiaan ulang untuk membantu klien merasa dipahami serta memperkuat perilaku klien yang selaras dengan perubahan perilaku yang diinginkannya.
2. Pendekatan bibliografi. Hipple, Comer & Baron, (1997 dalam Gladdin, 2012:534) menjelaskan dalam teknik ini klien diminta membaca buku atau menonton/ mendengarkan media dan mendiskusikan hal-hal yang ada kaitannya dengan apa yang mereka alami.

Dalam perspektif Islam, klien muslim korban penyalahgunaan narkoba perlu diajak untuk mengenal hakekat kehidupannya sebagai muslim. Hal ini dapat melibatkan ahli agama dan ahli rukiyah. Konselor juga dapat mengalih-tanggankan klien pada ahli-ahli tersebut atas persetujuan klien.

## **BAB XI**

### **PENANGANAN BULLYING DALAM KONSELING**

Tindakan kekerasan, penindasan dan kekejaman dari pihak yang berkuasa pada korban yang lemah dikenal dengan bullying sudah sangat banyak terjadi di masyarakat bahkan sangat meresahkan. Pelakunya tidak hanya ditingkat orang dewasa tapi juga pada anak-anak. Korban bullying sering kali memerlukan tempat untuk berlindung dan mereka membutuhkan konseling untuk berani dan tidak tertindas lagi. Klien yang datang sebagai korban atau pelaku akan menemui mahasiswa calon GBK atau calon konselor, sehingga mereka harus memiliki konsep apa dan bagaimana bullying itu serta seharusnya bagaimana menindaklanjutinya. Pembahasan akan diperkaya dalam bab ini dengan hasil-hasil penelitian terbaru dan perspektif Islam.

Oleh sebab itu tujuan yang ingin dicapai dengan pembahasan cinta dan rumah tangga ini, khususnya bagi mahasiswa calon guru BK atau konselor adalah: (1)Memiliki wawasan dan pengetahuan tentang hakekat bullying, jenis dan faktor yang menyebabkannya, beserta perspektif Islam, (2) Memiliki sikap yang benar dan tepat dalam menangani kasus bullying baik dari sisi korban maupun pelakunya, (3) Mampu menganalisis kasus bullying yang terjadi pada diri klien saat melakukan praktik konseling.

#### **A. Hakekat Bullying, Jenis dan Faktor Penyebabnya**

Akhir-akhir ini muncul istilah *bullying*, yang menjadi wacana dan bahan pembicaraan dalam berbagai media. Dalam kamus bahasa Inggris kata *bully* menunjukkan kata benda yaitu pengertak , seseorang mengganggu orang yang lemah, yang tua mengganggu yang lebih muda. Istilah *bullying* dapat diartikan sebagai perilaku mengganggu orang lain yang lemah. Jelas kata

asing (bahasa Inggris) ini belum familiar ditelinga kita, tapi sesungguhnya telah terjadi sejak lama.

Dalam dunia pendidikan, *bullying* atau perilaku agresif/kekerasan sering kali terjadi dan tanpa disadari lingkungan memaklumi hal itu. Di luar Negeri, dalam sebuah kajian yang dilaksanakan Kaiser Foundation pada tahun 2001, sebuah organisasi filantropi perawatan kesehatan di Amerika Serikat (Coloraso, 2003) menemukan, hampir  $\frac{3}{4}$  anak praremaja yang diwawancarai mengungkapkan bahwa *bullying* adalah peristiwa yang biasa terjadi di sekolah dan kian menyebar ketika anak mulai memasuki SMU; 86 persen anak yang berusia 12-15 tahun mengatakan bahwa mereka diejek atau ditindas di sekolah. Penelitian lain yang dilakukan Dr. Debra J .Pepler dkk tahun 1991 (dalam Coloraso, 2003:43) tentang penindasan atas permintaan Toronto Board of Education menemukan, guru-guru dan orang tua sangat meremehkan frekuensi penindasan bila dibandingkan dengan tanggapan para siswa.

Di negara kita Indonesia tercinta ini, kita pernah disentakkan dengan kasus IPDN, dimana praja yunior tewas ditangan senior. Dalam sebuah tulisan di internet memaparkan, menurut penelitian yang dilakukan oleh seorang dosen IPDN terdapat lebih dari 30 kasus kematian tak wajar yang dicurigai disebabkan oleh penganiayaan. Kasus-kasus itu terjadi dalam rentang waktu yang panjang dan diduga telah menjadi tradisi di institusi tersebut.

Pada bulan Juni 2008, kita dikejutkan dengan berita adanya tindak kekerasan yang dilakukan siswi SMU di daerah Sulawesi yang membuat gang dengan nama **gang negro**. Tindakan kekerasan seperti memukul, menampar, dan menendang tubuh siswi yang ingin bergabung dengan gang tersebut. Hal ini dilakukan pada anggota baru gang tersebut dengan sadis dan itu merupakan persyaratan yang berlaku bagi peminat gang tersebut. Luar biasa, ternyata siswi SMU mampu

melakukan tindakan yang sudah melampaui nilai-nilai kemanusiaan.

Bukan hanya itu, ditingkat sekolah dasar pernah terjadi kasus pemerkosaan yang dilakukan guru pada murid, guru menyiksa siswa diluar batas kewajaran. Pemalakan (meminta dengan paksa) oleh siswa kepada siswa lain, juga sering terjadi baik ditingkat sekolah dasar dan menengah. Kasus-kasus tersebut, mencoretkan tinta merah pada dunia pendidikan kita.

Jika ditinjau d alam kajian Islam, *bullying* sama dengan *al baghyu* yaitu berbuat sewenang-wenang, berbuat zalim dan menganiaya orang lain. Nabi saw, bersabda; yang artinya: “Ada dua dosa yang akan didahulukan Allah siksanya di dunia ini yaitu albaghyu dan durhaka kepada orang tua.” (H.R. Tarmidzi, Bukhari, dan Thabrani). Jadi orang yang berbuat *bullying* akan langsung dihukum Allah diatas dunia, begitu betul bencinya Allah pada perbuatan itu.

*Coloroso* (2003;43) mengartikan bullying dengan kata penindasan yaitu aktivitas sadar, disengaja, dan keji yang dimaksudkan untuk melukai, menanamkan ketakutan melalui ancaman agresi lebih lanjut dan menciptakan teror. Penindasan atau bullying akan selalu melibatkan empat unsur yaitu :

1. Ketidakseimbangan kekuatan

Penindas dapat saja orang yang lebih tua, lebih besar, lebih kut, lebih mahir secara verbal, lebih tinggi dalam status social, bersal dari ras yang berbeda atau tidak berjenis kelamin sama.

2. Niat untuk mencederai

Penindasan berarti menyebabkan kepedihan emosional dan/atau luka fisik, memerlukan tindakan untuk dapat melukai, dan menimbulkan rasa senang di hati sang penindas saat menyaksikan luka tersebut.



3. Ancaman agresi lebih lanjut

Baik pihak penindas maupun pihak yang tertindas mengetahui bahwa penindasan dapat dan kemungkinan akan terjadi kembali.

4. Teror

Penindasan adalah kekerasan sistematis yang digunakan untuk mengintimidasi dan memelihara dominasi.

Perilaku *bullying* menurut Coloraso (2003) dikelompokkan dalam 5 kategori yaitu :

1. Kontak fisik langsung

Tergolong didalamnya adalah perilaku memukul, mendorong, menggigit, menjambak, menendang, mengunci seseorang dalam ruangan, mencubit, mencakar, juga termasuk memeras dan merusak barang-barang yang dimiliki orang lain.

2. Kontak verbal langsung

Tergolong didalamnya adalah mengancam, mempermalukan, merendahkan, mengganggu, memberi panggilan nama (*name-calling*) seperti sigendut, sarkasme, merendahkan (*put-downs*), mencela/mengejek, mengintimidasi, memaki, menyebarkan gosip.

3. Perilaku non-verbal langsung

Tergolong didalamnya adalah melihat dengan sinis, menjulurkan lidah, menampilkan ekspresi muka yang merendahkan, mengejek atau mengancam; biasanya disertai oleh *bullying* fisik atau verbal.

4. Perilaku non-verbal tidak langsung

Tergolong didalamnya adalah mendiamkan seseorang, memanipulasi persahabatan sehingga menjadi retak, sengaja mengucilkan atau mengabaikan, mengirimkan surat kaleng.

5. Pelecehan seksual; termasuk pelecehan dalam bentuk perilaku agresif fisik atau verbal.

Dari beberapa penelitian yang dilakukan di luar negeri, ternyata factor gender dan umur dapat mempengaruhi perilaku bullying. Pada usia 15 tahun, anak laki-laki ditemukan lebih cenderung mem*bully* dengan kontak fisik langsung, sementara anak perempuan lebih cenderung membully dengan perilaku tidak langsung. Namun tidak ditemukan perbedaan dalam kecenderungan melakukan bullying verbal langsung. Pada usia 18 tahun kecenderungan anak laki-laki mem*bully* dengan kontak fisik menurun tajam, dan kecenderungannya untuk menggunakan perilaku verbal langsung dan perilaku tidak langsung meningkat, meskipun anak perempuan masih tetap lebih tinggi kecenderungannya dalam hal ini.

Jadi *bullying* dalam setting sekolah, berarti kekerasan yang dilakukan oleh individu yang menjalani proses belajar yaitu siswa ke sesama siswa, guru kepada siswa, pimpinan sekolah kepada guru atau siswa, yang menyakitkan dan tidak mendidik sehingga ada korban kekerasan yang dirugikan baik fisik maupun non fisik.

Ada banyak alasan mengapa beberapa anak menggunakan kecakapan dan bakat mereka untuk melakukan *bullying*. Mereka tidak membawa sifat itu sejak dari rahim ibunya, namun tempramen bawaan sejak lahir adalah sebuah factor. Urie Bronfenbrenner<sup>i</sup> mengatakan kehidupan di rumah sipenindas, kehidupan di sekolah, masyarakat serta budaya (termasuk media) yang mengizinkan atau mendorong perilaku semacam itu. Penindas diajari untuk menindas.

Terkait dengan itu Dr. Howard Spivak (dalam Coloraso, 2003) mengatakan ketika kita mengamati kekerasan di sekolah, factor yang meningkatkan risikonya adalah keseluruhan hal itu sendiri yaitu : kekerasan dalam keluarga, kekerasan televisi, penidasan dan menjadi pihak yang tertindas, sebuah budaya yang mempromosikan kekerasan sebagai sebuah cara agar berhasil mendapatkan sesuatu yang diinginkan. Besar kemungkinan, situasi kita saat ini lebih

merupakan akumulasi dari semua factor itu dan bukannya salah satu dari hal tersebut.

Selanjutnya berdasarkan penyebab terjadinya bullying dapat kita lihat tujuh tipe penindas/pelaku bullying yaitu<sup>ii</sup> :

1. **Penindas yang percaya diri** tidak muncul secara tak sengaja; ia melangkah dengan yakin kesuatu arah untuk melemparkan bebannya secara figurative dan literal. Ia memiliki ego yang besar, kebanggaan diri yang berlebihan, perasaan berhak dan berkuasa serta kesukaan pada kekerasan; dia juga tidak memiliki empati pada target-targetnya.
2. **b.Penindas social** menggunakan desas-desus, gossip, penghinaan verbal dan penghindaran untuk mengisolasi target pilihannya secara sistematis dan menyingkirkan mereka secara efektif dari aktivitas-aktivitas social.
3. **Penindas yang bersenjata lengkap** biasanya dingin dan terpisah. Ia memperlihatkan sedikit emosi dan memiliki tekad yang kuat untuk melaksanakan penindasan. Ia mencari kesempatan untuk menindas ketika tak seorang pun akan melihat atau menghentikannya. Ia kejam dan penuh balas dendam pada targetnya namun menyenangkan dan berpura-pura dihdapan orang lian terutama orang dewasa.
4. **Penindas hiperaktif** bergulat dengan masalah akademis dan emiliki keterampilan sosial yang berkembang dengan buruk.
5. **Penindas yang tertindas** adalah target sekaligus penindas. Karena tertindas dan disakiti oleh orang-orang dewasa atau anak yang lebih tua, ia menindas yang lain untuk mendapatkan obat bagi ketidakberdayaannya.
6. **Kelompok penindas** adalah sekumpulan teman yang secara kolektif melakukan sesuatu yang tidak akan pernah mereka lakukan secara perorangan kepada seseorang yang ingin mereka singkirkan atau fitnah.
7. **Gerombolan penindas**, adalah sekumpulan anak menakutkan yang bukan berfungsi sebagai sekolempok

teman. Mereka berfungsi sebagai aliansi strategis dalam upaya menguasai, mengotrol, mendominasi, menduduki dan menjajah. Pada awalnya, mereka bergabung untuk dapat merasa menjadi bagian dari suatu keluarga untuk dihormati dan dilindungi. Namun karena fanatisme, mereka jadi begitu mengabdikan diri pada kelompok sehingga mengabaikan hidup mereka.

Seperti yang telah terjadi pada kasus IPDN dan sebagian kasus-kasus lainnya, *bullying* adalah sebuah siklus, dalam artian pelaku saat ini kemungkinan besar adalah korban dari pelaku *bullying* sebelumnya. Ketika menjadi korban, mereka membentuk skema kognitif yang salah bahwa *bullying* bisa dibenarkan meskipun mereka merasakan dampak negatifnya sebagai korban.

Mengapa seorang korban bisa kemudian menerima, bahkan menyetujui perspektif pelaku yang pernah merugikannya? Salah satunya dapat diuraikan dari hasil survei: sebagian besar korban enggan menceritakan pengalaman mereka kepada pihak-pihak yang mempunyai kekuatan untuk mengubah cara berpikir mereka dan menghentikan siklus ini, yaitu pihak sekolah dan orang tua. Korban biasanya merahasiakan *bullying* yang mereka derita karena takut pelaku akan semakin mengintensifkan *bullying* mereka. Akibatnya, korban bisa semakin menyerap falsafah *bullying* yang didapat dari seniornya. Dalam skema kognitif korban yang diteliti oleh Riauskina dkk (2005), korban mempunyai persepsi bahwa pelaku melakukan *bullying* karena :

- Tradisi
- balas dendam karena dia dulu diperlakukan sama (menurut korban laki-laki)
- ingin menunjukkan kekuasaan
- marah karena korban tidak berperilaku sesuai dengan yang diharapkan
- mendapatkan kepuasan (menurut korban perempuan)

- iri hati (menurut korban perempuan)

Adapun korban juga mempersepsikan dirinya sendiri menjadi korban bullying karena:

- penampilan menyolok
- tidak berperilaku dengan sesuai
- perilaku dianggap tidak sopan
- tradisi

Sesuai dengan jenis perilaku *bullying* ada yang berupa fisik, verbal, non verbal langsung dan tidak langsung serta pelecehan seksual, maka akibat yang terjadi pada korban bullying menyangkut aspek fisik dan psikisnya.

#### 1. Aspek fisik

Beberapa dampak fisik yang biasanya ditimbulkan bullying adalah sakit kepala, sakit tenggorokan, flu, batuk, bibir pecah-pecah, dan sakit dada. Bahkan dalam kasus-kasus yang ekstrim seperti insiden yang terjadi di IPDN, dampak fisik ini bisa mengakibatkan kematian.

#### 2. Aspek psikisnya

Dari penelitian yang dilakukan Riauskina,dkk (2005) menemukan ketika mengalami bullying, korban merasakan banyak emosi negatif (marah, dendam, kesal, tertekan, takut, malu, sedih, tidak nyaman, terancam) namun tidak berdaya menghadapinya. Dalam jangka panjang emosi-emosi ini dapat berujung pada munculnya perasaan rendah diri bahwa dirinya tidak berharga. Kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial juga muncul pada pra korban. Mereka ingin pindah sekolah lain atau keluar dari sekolah itu, dan kalupun mereka masih berada di sekolah itu, mereka biasanya terganggu prestasi akademisnya atau sering sengaja tidak masuk sekolah.

Dampak psikologis yang paling ekstrim adalah kemungkinan untuk timbulnya gangguan psikologis pada korban bullying, seperti rasa cemas berlebihan, selalu merasa

takut, depresi, ingin bunuh diri, dan gejala-gejala stres pasca trauma (post-traumatic stress disorder). Dari 2 SMA yang diteliti Riauskina dkk (2005) hal ini juga dialami korban, seperti merasa hidupnya tertekan, takut bertemu pelaku bullying, bahkan depresi dan berkeinginan untuk bunuh diri dengan menyilet-nyilet tangannya sendiri.

## **B. Sikap Tepat dalam Menangani Kasus Bullying pada Korban dan Pelaku dalam Proses Konseling**

Upaya memahami, mendalami, menangani dan menyikapi siswa pelaku dan korban bullying, dalam tinjauan konseling, diartikan sebagai pendalaman “kasus”. Kasus dalam konseling berarti ada suatu permasalahan tertentu pada diri seseorang yang perlu mendapatkan perhatian dan pemecahan demi kebaikan diri orang yang bersangkutan. Untuk itu perlu diketahui gambaran masalah yang lebih rinci, kemungkinan sebab akibatnya dan jika tidak diselesaikan akan berakibat apa.

Untuk korban bullying, konselor perlu melakukan pembelaan karena setiap anak memiliki hak untuk memperoleh pendidikan yang terbaik untuk mengembangkan potensinya. Merasakan menjadi korban bullying jelas bukan sebuah kondisi terbaik dalam kehidupannya saat mengikuti pembelajaran.

Hal ini sesuai dengan deklarasi hak anak MU PBB (1959) bab I pasal 1 (Prayitno, 2000):

Hak anak ialah memperoleh pendidikan yang layak untuk memperkembangkan segenap potensi yang dikaruniakan Allah kepadanya secara optimal. Untuk itu harus dimungkinkan agar anak :

1. memperoleh kesempatan, fasilitas dan pelayanan pendidikan dan orang tua, pendidik, dan Negara

2. terhindar dari pemaksaan kehendak dari orang tua atau pihak lain yang mengganggu penyelenggaraan pendidikan anak
3. terhindar dari hambatan yang menghalangi penyelenggaraan pendidikan anak
4. terhindar dari perlakuan yang merugikan penyelenggaraan pendidikan anak
5. terhindar dari pertautan dan/atau kebijakan yang memaksakan kehendak, menghalangi dan/atau merugikan pendidikan anak.

Selanjutnya terkait dengan hak anak, Tap MPR RI No. XVII/MPR/1998 (dalam Prayitno, 2000) berisi :

Pasal 4 : Setiap orang berhak atas perlindungan dan kasih sayang untuk mengembangkan pribadinya, memperoleh dan mengembangkan pendidikan untuk meningkatkan kualitas hidupnya

Pasal 5 : Setiap orang berhak untuk mengembangkan dan memperoleh manfaat dari ilmu pengetahuan dan teknologi, seni dan budaya, demi kesejahteraan umat manusia.

Dari penjelasan tentang hak anak dapat dikatakan bahwa pembelaan terhadap anak yang menjadi korban *bullying* dalam rangka memenuhi hak mendapatkan pendidikan yang mengoptimalkan potensi. Pembelaan terhadap anak yang menjadi korban *bullying* dalam rangka memenuhi hak mendapatkan pendidikan yang mengoptimalkan potensi. Tugas pendidik khususnya konselor dalam melaksanakan fungsi advokasi adalah membantu korban bullying agar bisa diselamatkan haknya dan semangatnya untuk mendapatkan pendidikan di sekolah tersebut.

Selanjutnya strategi penanganan korban *bullying* yang mungkin menjadi terganggu baik fisik dan psikologisnya (Valley, 2006), dapat dilakukan sebagai berikut:

1. *Speak with the victim and ask them if they want to do anything about it, if they refuse to take your own part and start investigations*
2. *After investigation the situation, it may be that intervention is necessary with the bully or bullies. The situation needs to be addressed. Ideally, a resolution to the problem will be found.* (4)

Jadi konselor sekolah perlu bicara dengan korban *bullying* atau melakukan konseling individual membahas segala apa yang telah terjadi. Istilah investigasi dimaksudkan adalah menelusuri sedalam-dalamnya dan seluas-luasnya apa yang dirasakan dan dialami korban *bullying*.

Strategi yang dapat diperhatikan konselor dalam mengatasi permasalahan *bullying* di sekolah, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Olweus, dkk yaitu :

1. *Make sure an adult knows what is happening to their children*
2. *Make it clear that bullying is never acceptable*
3. *Recognize that bullying can occur at all levels within the hierarchy of the school*
4. *Hold a school conference day or forum devoted to bully / victim problems*
5. *Increase adult supervision in the yard, halls and washrooms, more vigilantly*
6. *Emphasize caring, respect and safety*
7. *Emphasize consequences of hurting others*
8. *Enforce consistent and immediate consequences for aggressive behaviors*
9. *Improve communication among school administrator, teachers, parents, and students*
10. *Have a school problem box where kids can report problems, concerns and offer suggestions*
11. *Teach cooperative learning activities*
12. *Help bullies with anger control and the development of empathy*
13. *Encourage positive peer relations*
14. *Offer a variety of extracurricular activities which appeal to a range of interests*



15. *teach your child to defendhim self verbally and phsysically, if necessary.*
16. *keep in mind the range of possible causes: eg. Medical. Psychiatric, physbological, development, family problem, etc.*

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan konselor dalam konteks konseling menjalankan fungsi advokasi ketika menangani masalah bullying serta perlu melakukan kegiatan „politik“ yaitu melakukan pendekatan-pendekatan pada pengambil kebijakan untuk memberantas pelaku bullying agar mereka jera dan tidak mengulang kembali perbuatan mereka. Perhatian dan empati kepada pelaku bullying perlu diberikan disamping control dan meminimalkan peluang-peluang terjadinya penindasan. Selain itu kerjasama dengan berbagai pihak seperti kepala sekolah, wakasek, dan guru mata pelajaran serta orang tua perlu dilakukan oleh konselor sekolah. Hal ini penting, agar koordinasi dan supervise terhadap pemberantasan bullying benar-benar terjalin sehingga *bullying* tidak menjadi tradisi dan hal yang dianggap biasa.

## **BAB XII**

### **PENANGANAN KECANDUAN GAME ONLINE DAN PENGARUH MEDIA SOSIAL DALAM KONSELING**

*Game online* dan media sosial yang sangat mudah diakses oleh individu bahkan usia anak-anak dapat menimbulkan kecanduan yang berakibat negatif. Banyak kasus dan hasil penelitian yang mengungkap dampak negatif yang ditimbulkan dari kecanduan *game online* dan media sosial ini. Untuk itu bab ini menjabarkan apa dan bagaimana *game online* dan pengaruh media sosial tersebut, yang mungkin saja akan dialami klien dan dibahas dalam praktik konseling.

Oleh sebab itu tujuan yang ingin dicapai dengan pembahasan kecanduan *game online* dan pengaruh media sosial ini, khususnya bagi mahasiswa calon guru BK atau konselor adalah; (1) Memiliki wawasan dan pemahaman tentang fenomena game online dan penggunaan media sosial dikalangan remaja berdasarkan hasil penelitian terbaru, (2) Memiliki sikap yang tepat dan benar serta mampu menganalisis permasalahan kecanduan game online dan pengaruh media sosial dalam kehidupan klien saat melakukan praktik konseling.

#### **A. Game Online dan Penggunaan Media Sosial Dikalangan Remaja**

Hasil survei Alvara Strategic Research tahun 2014 (dalam Octavia 2017: 2) menjelaskan generasi usia 15-34 tahun sangat tinggi tingkat ketergantungannya pada koneksi internet. Studi lain yang didanai oleh UNICEF dan dilaksanakan oleh Kementerian Kominfo (2014) dengan menelusuri aktivitas *online* dari sampel anak dan remaja usia 10-19 (sebanyak 400 responden) yang tersebar di seluruh negeri dan mewakili wilayah perkotaan dan perdesaan, diperoleh data

setidaknya 30 juta anak-anak dan remaja di Indonesia merupakan pengguna internet, dan media digital saat ini menjadi pilihan utama saluran komunikasi yang mereka gunakan. 80 persen responden yang disurvei merupakan pengguna internet, dengan bukti kesenjangan digital yang kuat antara mereka yang tinggal di wilayah perkotaan dan lebih sejahtera di Indonesia, dengan mereka yang tinggal di daerah perdesaan (dan kurang sejahtera). Di daerah istimewa Yogyakarta, Jakarta dan Banten, ditemukan hampir semua responden penelitian merupakan pengguna internet. Sedangkan remaja di Maluku Utara dan Papua Barat, kurang dari sepertiga yang telah menggunakan internet. Adapun data tentang remaja di propinsi Riau belum masuk dalam penelitian ini.

Hal menarik adalah mayoritas remaja Indonesia yang disurvei telah menggunakan media *online* selama lebih dari satu tahun, dan 50% dari responden mengaku bahwa teman adalah guru pertama mereka belajar tentang internet. Sarana yang mereka gunakan untuk mengakses internet adalah komputer (69%), laptop (34%), ponsel (52%), smartphone (21%), tablet (4%) dan video game (2%). Mereka cenderung menggunakan: personal komputer untuk mengakses internet, di warung internet dan laboratorium komputer sekolah; laptop di rumah, dan di atas semua-ponsel atau *smartphone* selama kegiatan sehari-hari. Motivasi utama untuk mengakses internet para remaja ini adalah: untuk mencari informasi, untuk terhubung dengan teman (lama dan baru) dan untuk hiburan. Pencarian informasi yang dilakukan sering didorong oleh tugas-tugas sekolah, sedangkan penggunaan media sosial dan konten hiburan didorong oleh kebutuhan pribadi.

Temuan penelitian ini menarik untuk ditindaklanjuti di propinsi Riau mengingat belum ada penelitian yang khusus mengenai hal itu. Apalagi peran dan keberadaan orang tua belum begitu terlihat tapi sesungguhnya sangat menentukan yang terbukti dari temuan penelitian UNICEF dan

Kementerian Kominfo (2014) bahwa 20 % responden yang tidak menggunakan internet, alasan utama mereka adalah tidak memiliki perangkat atau infrastruktur untuk mengakses internet dan dilarang oleh orang tua. Fenomena menarik dari temuan penelitian ini justru orangtua ketinggalan dari remaja dalam menguasai dan menggunakan media digital. Sedikit dari orangtua yang mengawasi anak-anak mereka ketika mengakses internet, dan sedikit yang menjadi 'teman' anaknya dalam jejaring sosial.

## **B. Menyikapi Klien yang Kecanduan Game Online dan Media Sosial dalam Proses Konseling**

Meskipun teknologi memberikan banyak manfaat bagi manusia, namun di sisi lain kemajuan teknologi akan berpengaruh negatif pada aspek sosial budaya (Ngafifi, 2014):

1. Kemerosotan moral di kalangan warga masyarakat, khususnya di kalangan remaja dan pelajar.
2. Kenakalan dan tindak menyimpang di kalangan remaja semakin meningkat semakin lemahnya kewibawaan tradisitradisi yang ada di masyarakat, kenakalan dan tindak menyimpang di kalangan remaja dan pelajar semakin meningkat dalam berbagai bentuknya, seperti perkelahian, corat-coret, pelanggaran lalu lintas sampai tindak kejahatan.
3. Pola interaksi antarmanusia yang merubah. Kehadiran komputer maupun telpon genggam pada kebanyakan rumah tangga golongan menengah ke atas telah merubah pola interaksi keluarga.

Temuan penelitian Kominfo dan UNICEF (2014) bahwa ada banyak anak dan remaja yang memberikan informasi pribadi seperti alamat rumah, nomor telepon, atau alamat sekolah saat menggunakan media sosial. Pemberian data pribadi ini dapat memancing terjadinya tindak kejahatan bagi anak dan keluarga. Sebagaimana dilansir dalam berita (Kompas, 2016) bahwa kasus penculikan anak, pemerasan,

perampokan rumah kosong karena pemilik sedang berlibur keluar kota, dipicu oleh informasi awal yang diposting pemilik akun facebook di dinding facebooknya sehingga dapat diketahui oleh umum.

Masih banyak lagi dampak khusus yang ditimbulkan seiring perkembangan perangkat teknologi yang ada beserta aplikasinya. Dampak penggunaan internet dan sosial media bisa menjadi positif ataupun negatif tergantung bagaimana para guru atau pendidik maupun orang tua anak mengarahkan para remaja. Kontrol orang tua sangat menentukan penggunaan internet dan media sosial oleh remaja tersebut.

Proses konseling bagi klien pecandu internet, game online dan media sosial ini hakekatnya mengikuti tahapan konseling mulai dari penerimaan, penjelajahan masalah, penafsiran, perubahan tingkah laku klien, dan evaluasi. Penekanan terhadap keterbukaan dan kesukarelaan klien dalam mengikuti sesi konseling sangat diprioritaskan.

Menerima, menjelajahi masalah klien dan menafsirkannya, memerlukan wawasan konselor tentang penggunaan internet dan dampaknya. Oleh sebab itu konselor dituntut tidak hanya memiliki wawasan konseling, tetapi juga wawasan dan informasi yang aktual dan tepat tentang penggunaan internet serta dampaknya.

Untuk merubah tingkahlaku klien yang sudah mengalami kecanduan, maka dalam proses konseling merubah tingkah laku klien, diperlukan teknik khusus. Konselor profesional dapat menggunakan teknik khusus seperti; konfrontasi, pemberian informasi, contoh pribadi dari kasus yang pernah terjadi.

## DAFTAR BACAAN

Al Quran Nur karim

Abdul Hayat. 2008. Konsep Konseling Berdasarkan Ayat-Ayat Al -Qur'an. Musiconlinecairo.MultiPLY.Com.

Abu Abdurrahman Ash Shabihi. 2003. Petunjuk Praktis dan Fatwa Pernikahan (penerjemah Abdul Kadir Ahmad). Jakarta: Najla Press

Achmad Juntika Nurihsan. 2006. Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan. Bandung : Refika Aditama

Alan Laikein. 2007. Manajemen Waktu (Penerjemah Zulaikha Hanum). Jakarta: PT. Buku Kita

Al-Husain, Aiman. 2008. *Tabun Pertama Pernikahan*. Bandung: Irsyad Baitus Salam.

Ali Al Hamadi. 2006. Bergaul ala Rasullullah SAW. Jakarta: Cendekia Sentra Muslim

Andi mappiare. 1992. Pengantar Konseling dan Psikoterapi. Jakarta. Rajawali

Barbara Coloroso. 2003. *Stop Bullying*. Jakarta : PT. Ikrar Mandiri Abadi.

Barbara Nash & Patricia Gilbert .2006. Panduan Kesehatan Seksual. Jakarta: PT. Prestasi Pustakaraya

Belkin, Gary S. 1975. *Practical Counseling in the School*. USA: Wm. C. Brown Company Publishers. h.456

Bishop, D.R. 1992 Religius Values as Cross-Cultural Issues in Counseling. Counseling and Values, (36): 179-191

Candra Dewi.P. Ancaman Narkotika bagi Generasi Muda.  
<http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/pengabdian/chan-dra-dewi-puspitasari-sh-llm/narkoba-kkn-iii.pdf>

- Coloroso, Barbara. *Stop Bullying*. (Jakarta : PT. Ikrar Mandiri Abadi, 2003)
- Cowley, S. 2011. *Panduan Manajemen Perilaku Siswa*. Terjemahan oleh Gina Gania. Jakarta: Erlangga.
- David J.Schwartz. 1992. Berpikir dan berjiwa besar (alih bahasa F.X. Budiyanto). Jakarta: Bina Rupa Aksara
- Desmita. 2009. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT.Remadja Rosda Karya
- Dimiyati, & Mudjiono. 2009. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta
- Djamal. 2007. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta. Bumi Aksara
- Don C Locke. 2001. *The Handbool of Counseling*. California. Sage Publication, Inc. h.92
- Dorothy Law Nolte.2004. Remaja Belajar dari apa yang Mereka Alami dalam Kehidupan ini. Batam : Interaksara.
- E. Little, "Secondary school teachers' perceptions of students' problem behaviours," *Educational Psychology*, vol. 25, no. 4, pp. 369–377, 2005
- E.A.Munro.1985. Penyuluhan (Counseling). Suatu Pendekatan berdasarkan keterampilan. Jakarta. Ghalia Indonesia.
- Edvin, B. 2002. Students' Perceptions Of Class Management and Reports Of Their Own Misbehavior. *Journal of School Psychology*, Vol. 40, No.4,pp.287–307.<http://www.sciencedirect.com/sci-hub.org/science/article>.
- Geral Corey.1995. Teori dan praktek Konseling dan Psikoterapi. Bandung. PT.Eresco
- Giallo, R., & Little, E. 2003. Classroom behavior Problems: the Relationship between Preparedness, Classroom

Experiences, and Self-Efficacy in Graduate and Student Teachers. *Australian Journal of Education & Developmental Psychology*, 3, 21-34

Gibson, R.L. & Mitchell, M.H. 1995. *Introduction to Guidance*. New York: Macmillan Publisher

Gladding. Samuel, T. 2012. *Konseling Profesi yang Menyeluruh*. Jakarta: PT Indeks.

Hansen James C. 1977. *Counseling Theory and Process*. Boston. Allyn and Bacon, Inc.

<https://kominfo.go.id/index.php/content/detail/3834/> Riset Kominfo dan UNICEF Mengenai Perilaku Anak dan Remaja Dalam Menggunakan Internet SIARAN PERS NO. 17/PIH/KOMINFO/2/2014 18-2-2014, diakses tanggal 23 Februari 2018

Kementerian Kesehatan RI. 2014. *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Khairuni, N. Dampak Positif Dan Negatif Sosial Media Terhadap Pendidikan Akhlak Anak (Studi Kasus di SMP Negeri 2 Kelas VIII Banda Aceh). *Jurnal Edukasi Jurnal Bimbingan Konseling*. (2016).2:91–106.

M. Taufik & Juliane .2010. *Komunikasi Terapeutik dan Konseling dalam Praktik Kebidanan*. Jakarta : Salemba Medika

Moh.Ansyar. 2014. *Analisis dan Perkembangan Kurikulum* . Padang: UNP

Muhammad Utsman Najati. 2005. *Psikologi dalam Al-Quran*. Bandung. Pustaka Setia.

Netty hartati, dkk. 2005. *Islam dan Psikologi*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada



- Ngafifi, M. (2014). Kemajuan Teknologi Dan Pola Hidup Manusia Dalam Perspektif Sosial Budaya. *Jurnal Pembangunan Pendidikan: Fondasi dan Aplikasi* [Online] 2. Available at:
- Octavia Devalucia Dwi Anggraeny. 2017. Pernikahan Generasi Millinnial. Jakarta: Gramedia
- Olweus, Ontario. *Bullying at School ; What we know and what we can do.* (Oxford backwell Publishers)
- Palmer, Stephen., McMahon, Gladeana. 1989. *Handbook of counseling.* Routledge: London and Newyork.
- Prayitno. 1994. Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling. Jakarta. Dirjen Dikti depdikbud
- ..... 1998. Konseling Pancawaskita. Padang. FIP IKIP Padang.
- ..... 2002. Profesi dan Organisasi profesi Bimbingan dan Konseling. Direktorat SLTP Dirjen Dikdasmen Departemen Pendidikan Nasional
- ....., 2002. *Wawasan Dasar Bimbingan dan Konseling* . (akarta ; Depdiknas, Direktorat jenderal Pendidikan Dasar
- .....2017. Konseling Profesional yang Berhasil. Jakarta: PT.Raja Grafindo Persada
- Prayitno dan Erman Amti. 2004. Dasar-Dasar Bimbingan Konseling. Cetakan ke dua.*
- Rahmat Affandi. 2011. Huru-huruf Cinta. Jakarta: Gramedia
- Ramayulis. 2005. Pengantar Psikologi Agama. Jakarta. Kalam Mulia
- Riauskina,Djuwita dan Soestio. *Gencet-gencetan di Mata Siswa/ Siswi Kelas 1 SMA, Naskah Kognitif tentang ar ti, skenario dan dampak gencet-gencetan.* (Jurnal Psikologi soisal, 12 (01), 2005) h. 1-13

- Richard Carlson. 2003. Don't Swat Guide For Parent (penerjemah Maria Elvire). Jakarta: Gramedia.
- Sarlito Wirawan Sarwono. 2004. Teori-teori Psikologi Sosial. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada
- Satya joana. 1989. Gangguan Penggunaan Zat : Narkotika, Alkohol dan Zat adiktif lainnya. <https://books.google.co.id/books?isbn=9794036811>
- Setiadi, Elly M & Usman Kolip. 2015. Pengantar Sosiologi. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Sofyan Wilis.2004. Konseling Individual Teori dan Praktek. Bandung. Alfabeta.
- Sulidar Fitri .2009. Dampak Positif dan Negatif Sosial Media Terhadap Perubahan Sosial Anak download. Portal garuda.org/article.php?.
- Syahril dan Riska Ahmad (1986). Pengantar Bimbingan dan Konseling. Padang: Angkasa Raya
- Toto Tasmara. 2002. Membudayakan Etos Kerja Islami. Jakarta: Gema Insani
- Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional No.20 Tahun 2003. Jakarta: Sinar Grafika, 2006
- Vacc, Nicholas A.,Susan B.DeVaneyJohnston M.Brendel. 2003. Counseling Multicultural and Diverse Populations: Strategies for Practitioners. New York: Routledge..
- Valley, Thames. 2006.District School Board, Safe School. (London: 2006).
- Walter Mc.Quade & Ann Aikman. 1987. Stress (penerjemah Stella). Jakarta: Erlangga
- Windya Novita. 2007. Serba serbi Anak. Jakarta: PT Elex Media Komputindo

- WS.Winkel. 1985. Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah. Jakarta: Penerbit PT.Gramedia
- Zais, Robert S. 1976. Curriculum; Principles and Foundations. Kent State University.
- Zinczenko, David. 2008. *Men, Love and Sex*. Jakarta: Gramedia
-

